மங்கையர் மலர்



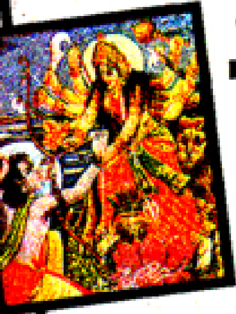
MANGAYAR MALAR மே 1996 விலை ரூ. 9


மலிந்த விலையில் உயர்ந்த சரக்கு
மனசு குளுந்து போகும் பாரு!
தேடிவந்து வாங்கி பாருங்கள்
சாரதா'ஸ் தென்னகத்தில்
பெரிய கடை
உண்மைதானுங்க!!
சாரதா'ஸ்
(முகூர்த்த பட்டு புடவைகளுக்கு அதிர்ஷ்டமான இடம்)
827, அண்ணா சாலை,
தன்பில்டிங், சென்னை - 2
போன் : 852 11 77
32, என்.எஸ்.பி.ரோடு,
திருச்சி - 2
போன் : 27077
சாரதாஸ் திருச்சி - 2, சென்னை - 2
தவிர வேறு எங்கும் கிளைகள் கிடையாது.

மங்கையர் மலர்

மலர் : 16 மே '96 இதழ் : 4

விடுமுறை சிறப்பம்சங்கள்...



தன்னம்பிக்கைச் சிறப்பம்சங் களாக....

உணவுச் சிறப்பம்சங்கள்....



சிந்திக்க வைக்கும் சிறுகதைகள்

மருத்துவத்திற்கு....



புதிய சிந்தனைக் கோணங்களுக்கு....

நீங்கள் விரும்பும் வழக்கமான அம்சங்கள்





உங்கள் மழலைச் செல்வம் அவனது
மென்மையான மிருதுவான உலகம்.
Nestlé
NESTUM
Baby Cereal
Rice
mix with milk
லேபிளில் குறிப்பிடப்பட்டுள்ள விதி முறைகளை கவனமாய் பின்பற்றுங்கள்
இலவசம்
நெஸ்டம் செய்முறை
நெஸ்டம்
எளிதில் ஜீரணிக்க உகந்த குழந்தை ஆகாரம்.
IMPORTANT NOTICE: MOTHER'S MILK IS BEST FOR YOUR BABY. AFTER 4 MONTHS OF AGE GIVE BABY CEREAL FOODS IN ADDITION TO MOTHER'S MILK

ஸ்ரீ கந்தசுவாமி
பர்மனென்ட் பண்டு லிமிடெட்

மத்திய அரசால் அங்கீகரிக்கப்பட்ட நிதி நிறுவனம் துவக்கம் 1990
பதிவு அலுவலகம்: 60, சாமி பண்டாரம் தெரு, சிந்தாதிரிப்பேட்டை, சென்னை-2. ph: 848917
கிளை அலுவலகம்: 36, ஜீனிஸ் ரோடு, சைதாப்பேட்டை, சென்னை-600 015. போன்: 459569



பிக்சட் டிபாசிட்

46நாள்	3மாதம்	6மாதம்	ஆண்டு	2ஆண்டு	3ஆண்டு	4ஆண்டு	5ஆண்டு
13%	14%	15%	17%	18%	18.5%	19%	20%

21% 5 வருடங்கள் ரூ.50,000/- அதற்கு மேலும்

PB பாண்டு

முதலீடு	காலம்	திரும்பப் பெறும் தொகை
ரூ. 25,000	60 மாதம்	ரூ. 70,000

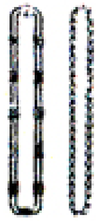
சொத்துக்கள் மீது கடன்

- வீடு / ஃப்ளாட் பேரில் கடன் வழங்கப்படும்.
- மாத வட்டி ரூ.1.85 மட்டுமே
- விரைந்த சேவை.
- சென்னை மாநகராட்சி எல்லைக்குள் இருக்க வேண்டும்.



நகைக்கடன்

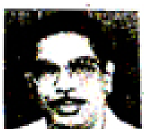
- குறைந்த வட்டிக்கு கிடைக்கும்
- 10 கிராமுக்கு ரூ.3000 வழங்கப்படும்.
- R.D. கட்டத் தேவையில்லை
- எந்த சார்ஜும் வசூலிப்பதில்லை



பாதுகாப்புப் பெட்டக வசதியும் உண்டு.

பென்ஷனர் நலத்திட்டம்

20% P.a ரூபாய் 10 ஆயிரமும் அதற்கு மேலும் காலம் 1 ஆண்டு வயோதிகர், விதவைகள், ஊனமுற்றோர், கல்வி மற்றும் அறக்கட்டளை பயன் பெறலாம்.



சேர்மன்:
P. பாலசுப்பிரமணியம், B.Sc.,
முதன்மை அறங்காவலர்,
கந்தகோட்டம்,
சென்னை-600 003.
நிர்வாக இயக்குனர்:
பார்க் டவுன் பெனிபிட் பண்டு லிட்.

இயக்குநர்கள் குழு
R.விவேகானந்தன் B.Com.,
(Chairman : Park Town Benefit Fund Ltd.)
A.சுப்பிரமணியன்
V.சண்முகவடிவு B.A.,
V.விஜயகோபால் B.Com., D.C.P.
M.ராஜேந்திரன்
P.ஏகாம்பரம்

பங்குதாரர்களுக்கு மட்டும்

H.O. Friday Holiday (It is a P.B. Group Concern) B.O. Tuesday Holiday

சில பிரச்னைகள்; சில வார்த்தைகள்!

'அவர்' ஓர் இயக்கமே நடத்தலாம்!

நமது வீட்டு ஹாலில் உட்கார்ந்து கொண்டு நமக்குப் பல்லைக் காட்டி அலைக்கழிக்கும், வெறுப்பேற்றும் டி.வி.யைப் பற்றி எத்தனை தடவைதான் சொல்வது? சிந்துபாத் கதை போல இதன் மகாத்மியங்கள் முடியவே முடியாது போல இருக்கிறதே!

ஆனால் இந்தத் தடவை கொடுமையின் உச்சத்திற்கே போயாகிவிட்டது. ஒரு குளிர் பானத்தின் விளம்பரம். காலில் கயிற்றைக் கட்டிக் கொண்டு மலையுச்சியிலிருந்து தலைகீழாகக் குதித்து, கீழே ரோடில் போகும் வாகனத்திலுள்ள குளிர்பான பாட்டிலை எடுத்துக் கொண்டு அதே வேகத்தில் மேலே வருகிறான். கூத்தாடும் இளமைக் கோலத்துடன் இருப்பவர்கள் எல்லாம் குதியாட்டம் போடுகிறார்கள்.

இதைக் கண்கொட்டாமல் பார்த்துக் கொண்டிருந்த ஆறு வயதுச் சுட்டிப் பையன் ரிங்க்கு, 'நான் கூட இப்படிக் குதிப்பேனாக்கும்! ஜோர்ரா டைவ் அடிச்சு கீழே போய் மேலே வர என்னாலும் முடியும்!'' என்று பெருமையடித்துக் கொண்டிருக்கிறான். இப்படிப் பல முறை சொல்லி இருக்கிறான்.

'பயல் ஏதோ சொல்கிறான்' என்று பெற்றோர்கள் கண்டுகொள்ளாமல் விட்டிருக்கிறார்கள். பிறந்த நாள் பார்ட்டிக்காக அவர்கள் தயார் செய்து கொண்டிருந்தபோது இரண்டாவது மாடியில் நண்பர்களுடன் ஜோராக ரிங்க்கு விளையாடிக் கொண்டிருந்தான். 'அந்த விளம்பரத்தில் வருவது போல நான் இப்போ டைவ் அடிக்கட்டா' எனக் கேட்ட ரிங்க்கு, நண்பர்கள் என்ன ஏது எனக் கவனிப்பதற்குள் தலைகீழாக, செங்குத்தாகக் கீழே குதித்துவிட்டான்.

கேள்விப்பட்ட பெற்றோர்கள் அலறியடித்துக் கொண்டு வெளியே ஓடிவந்தபோது ரத்தச் சகதியில் அந்தப் பூ மிதந்து கொண்டு இருந்திருக்கிறது... இது நடந்தது சமீபத்தில் பம்பாயில்.

குழந்தைநல அமைப்புகளெல்லாம் கண்டனம் தெரிவித்து இருக்கின்றன. பத்திரிகைகளில் அந்தக் குறிப்பிட்ட விளம்பரத்தைக் கிழித்துக் கொண்டு இருக்கிறார்கள். தேர்தல் சூடுகளுக்கு நடுவே ஒரு பக்கம் துயரம் மிகுந்த இந்தச் சம்பவமும் அனைவர் கவனத்திற்கும் உள்ளாகி இருக்கிறது.

ஏற்கெனவே டபிள்யூ டபிள்யூ எஃப்பைப் பற்றி எழுதி ஓய்ந்தாகிவிட்டது. அதுவும் இப்போது விடுமுறை வேறு. இந்தச் சண்டைகளைப் பார்த்துவிட்டு ஒருவருக்கொருவர் அடித்துக் கொள்கிறார்கள். கீழே



மஞ்சுளா ரமேஷ்



● பாய் ஃபிரெண்ட் என்பது கெட்ட வார்த்தையா!

– கல்லூரி மாணவ – மாணவிகளின் காரசாரமான கலந்துரையாடல்

● ஹெபடைடிஸ்-பி : பரவும் புதிய நோய்க்கிருமி!

– தடுப்பு முறைகளைச் சொல்கிறார் டாக்டர்

கல்கி

5.5.96

இதழில்...

ஒருவனைப் படுக்க வைத்து டேபிள் மீதிருந்து அவன்மேல் குதிக்கிறார்கள். பெரிய அசம்பாவிதம் எதுவும் இதுவரை நடக்காததால் அதைப் பற்றி இன்னும் பேப்பர்களில் வரவில்லை. நம்மவர்களின் கலாசாரமே எப்படியென்றால் ஏதேனும் பெரிதாக நடக்க வேண்டும். அப்போதுதான் அதைப் பற்றிப் பேசுவார்கள். அதுவரைக்கும் 'சரி, தள்ளுகிற வரை தள்ளட்டுமே', 'நாம ஒருத்தர்... நாம மட்டும் என்ன செய்துவிட முடியும்' என்று தலையாட்டிவிட்டுப் போய்க் கொண்டே இருப்பார்கள்.

யாரேனும் இதுபோல கரடியாகக் கத்தினால் அதைப் பற்றி எங்கேனும் மேடைகளில் பேசுவதோடு சரி. நுகர்வோர் விழிப்புணர்வும், கலாசாரச் சீரழிவைப் பற்றிய விழிப்புணர்வும், மெத்தனத்திலிருந்து எழுந்து அநீதியைத் தட்டிக் கேட்கும் தைரியமும் நமக்கு இன்னும் நிறைய நிறைய வேண்டும்.

இந்த விளம்பரம் மட்டும்தானா குழந்தைகளைப் பாதித்துக் கொண்டு இருக்கிறது? 'நீ யாரோடு சினிமாவுக்குப் போறே?' எனத் தாயார் கேட்க, 'அம்மா' எனப் பெண் செல்லமாகச் சிணுங்குகிறாளாம். அஷ்டகோணலாக முகத்தை வைத்துக் கொள்ளும் மாமியார். அதைப் பார்க்கும் வயதானவர்கள் எத்தனை வேதனைப்படுவார்கள் என ஏன் இவர்களுக்குத் தெரிவதில்லை.

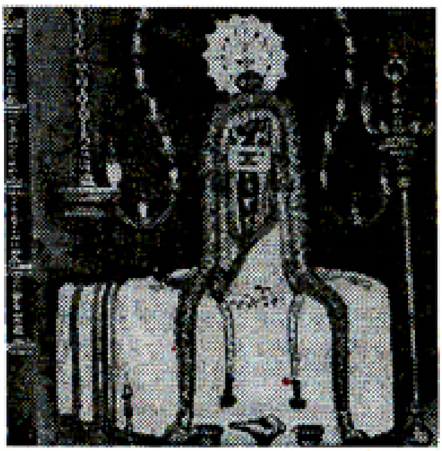
ஆரம்பத்தில் விளம்பரங்களில் பெண்களைப் போட்டுக் கொச்சைப்படுத்தி வந்த தன்மை மாறி குடும்பங்களுக்கு இப்போது அழைத்துச் செல்கிறது, புதிய வகை விளம்பரங்கள். பொங்கல் பொங்கும் விளம்பரங்கள், ஊரிலிருந்து வரும் அண்ணன் தங்கையுடன் கைகோர்த்து ஓடுவது இதெல்லாம் எத்தனை ரம்மியமாக இருக்கின்றன. மெல்லுணர்வாகக் காதலைச் சொல்லும் பற்பசை, ரெடி காபி விளம்பரங்கள்....

இதெல்லாம் இருக்கட்டும். நம் குழந்தைகளை நாம் பார்த்துக் கொள்ளும் வழியினைப் பார்ப்போம். அதுவும் இப்போது விடுமுறை வேறு. இந்தக் காலக் குழந்தைகளுக்கோ, ஏகப்பட்ட 'ஐ க்யூ'. வேலை பார்க்கும் தாய்மார்களுக்கு இன்னும் பிரச்னைதான்.

இவையெல்லாவற்றையும் மிதப்படுத்தக் கூடிய சக்தி ஒன்றிற்கு உண்டு. அது தான் ஆழ்ந்த ஆன்மீக உணர்வு.

மக்களைக் காக்க மகேசன் தரும் மருந்து
மாற்றுப் பெயரே எமக்களித்த அருள் மருந்து

மக்களைக் காக்கவும் அவர்களது பிணிகளைத் தீர்க்கவும் சிவபெருமான் பல இடங்களில் பல பெயர்களுடன் மருந்துவர் வடிவில் வந்து – வைத்தீஸ்வரன் கோவிலிலே வைத்யநாத சுவாமியாக, திருச்சியிலே தாயுமானவராக, திருவான்மியூரிலே மருந்தீஸ்வரராக – அருள் பாலித்திருக்கிறார். சென்னை திருவான்மியூரிலே திரிபுர சுந்தரி சமேதராக அமர்ந்த திருக்கோலத்தில் காட்சி தருகிறார். இத்திருக்கோவில் வால்மீகி மகரிஷியால் உருவாக்கப்பட்டதாகவும், திரு+வால்மீகி+ஊர் என்ற பெயரே மருவி திருவான்மியூர் என்று அழைக்கப்படுவதாகவும் கூறுவர். மார்க்கண்டேயனின் உயிரைக் கவர்ந்து செல்லும் பணியில் சிவபெருமானின் கட்டளையை மீறியதால் உண்டான பாவத்திலிருந்து விடுபட எமதர்மன் இக்கோவிலுக்கு வந்து மருந்தீஸ்வரரை வழிபட்டு உய்ந்ததாகப் புராண வரலாறு. இக் கோவிலுக்கு வரும் வழியில் எமதர்மன் தங்கியதாகக் கூறப்படும் வேதஸ்ரேணி என்ற இடமே தற்போதைய வேளச்சேரி எனவும் கருதப்படுகிறது. பிரம்மதேவனது புதல்வனான ரக்ஷஸ் என்பவன் சாப விமோசனம் பெற்ற தலமும் இதுவே. பிரம்மதேவன் ரக்ஷஸிடம் சத்ய லோகத்திலுள்ள கல்யாண தீர்த்தத்தில் நீராட வேண்டாமென்று எச்சரிக்கை செய்திருந்தும் யௌவனத்தின் பிடியிலிருந்த ரக்ஷஸ் அதைப் பொருட்படுத்தாமல் அந்தக் குளத்தில் நீராடவே பெண்ணாக மாறிவிட்டான். இந்த மாற்றத்தைத் தாங்கிக்கொள்ள இயலாமல் மனம் போன போக்கில் போய்க்கொண்டிருந்த ரக்ஷஸிக்கு புத்தி சொல்லி அவன் உய்ய வழி காண்பிக்கும் படி மஹரிஷி நாரதரிடம் பிரம்மதேவன் வேண்டிக்கொள்ள நாரதரும் ரக்ஷஸிடம் இக்கோவிலில் உள்ள கர்ம நாசினி தீர்த்தத்தில் குளிக்கும்படிக் கூற அவ்வாறே செய்து ரக்ஷஸ் தனது பழைய உருவைப் பெற்றான் என்கிறது புராணம். இராவணனை வதம் செய்த பின்னர் ஸ்ரீ ராமச்சந்திர மூர்த்தியும் இங்கு வந்து சிவபெருமானை வழிபட்டதாகக் கூறப்படுகிறது. அகத்திய முனிவரும் இங்கு வந்து மருந்தீஸ்வரரை வழிபட்டு அவரிடம் இருந்தே சகல மூலிகை மருந்துகளின் இரகசியத்தையும் அறிந்தார் என்பர். பாம்பன் சுவாமிகளின் சமாதி இருக்குமிடமும் திருவான்மியூர்தான். இந்தக் கோவிலிலே 108 லிங்கங்கள் இருக்கின்றன. பங்குனி மாதப் பௌர்ணமி இங்கு விசேஷமாகக் கருதப்படுகிறது. அன்று இங்கு வழிபடுவோர் வேண்டியது வேண்டியவாறு பெறுவர் என்பது ஐதீகம். மேற்கு நோக்கி அமைந்த இத்திருக்கோவில் பெரும் பிராகாரங்களுடன் கம்பீரமாகக் காட்சி தருகிறது. இங்கு நடக்கும் திருவிழாக்கள் சென்னை மயிலாப்பூர் கபாலீஸ்வரர் கோவில் திருவிழாக்களை ஒத்திருக்கிறது. பக்தர்கள் தமது நோய் நீங்கிக் குணம் பெற மருந்தீஸ்வரரின் அருளை நாடி இன்றும் ஆயிரக்கணக்கில் இக்கோவிலுக்கு வருகை தருகிறார்கள்.



இதுபோன்ற வரலாறுகள் நமது புராணம் மற்றும் சரித்திரம் முழுவதிலும் பரவி நமது சந்ததியினர் தமது பாரம்பரியப் பெருமைகளை அறியும் வகையில் என்றும் அழியாமல் பாதுகாத்து வருகின்றன. காலத்தை வென்று நிற்கும் இதுபோன்ற வரலாறுகளால் பூரிப்பும் பெருமையும் அடைகிறது ஹார்வெஸ்ட். மக்களுக்கு முழுப்பாதுகாப்பும் அளிக்கவேண்டியது நமது தலையாய கடமை என்கிற சிறந்த பாரம்பரியத்தின் அடிப்படையிலே அத்துடன் எமக்கு அளிக்கப்பட்டுள்ள 'நிதி' என்ற அந்தஸ்திற்குரிய பத்திரம் பாதுகாப்பு என்ற சீரிய கொள்கைகளைப் பிரதிபலிக்கும் வகையிலே எமது நிறுவனத்தின் பெயரை 'ஹார்வெஸ்ட் நிதி லிமிடெட்' என்று மாற்றம் செய்துள்ளோம். இது இறைவனின் திருவுள்ளப்படி அவனது கருணையினால் உதித்த அருமருந்து. அத்துடன் ஆயிரக்கணக்கான எமது வாடிக்கையாளர்கள் எமது நாணயத்தின் மீது வைத்த நம்பிக்கையின் அடிப்படையில் எடுக்கப்பட்ட முடிவு. சமுதாயத்திற்கு மேலும் பணி செய்து பாதுகாப்பு அளிப்பதே எங்கள் நோக்கம். புதிய பெயர் பொலிவுற்று விளங்குவதாகுக! வளமான புத்தாண்டு வாழ்த்துக்கள்.

HARVEST NIDHI LIMITED

புதுமை எண்ணங்கள் கொண்ட நிதி

போன் செய்தால் போதும். வீடு தேடி வரும் ஒரே நிதி நிறுவனம்.

எமது புத்தாண்டு சிறப்பு சலுகைகளை பெற்றிடுவீர்!

பதிவு அலுவலகம் : 19, வியாசர் தெரு, (வடக்கு உஸ்மான் ரோடு அருகில்), தி. நகர், சென்னை 600 017. போன் : 8253597, 8281192.

கிளைகள் : சென்னை : • ஆழ்வார்பேட்டை : போன் : 4991552, 4992231 • ஜார்ஜ் டவுன் : போன் : 5227891 • அண்ணா நகர் : போன் : 6285340, • திருவான்மியூர் : போன் : 411264 • கோயம்புத்தூர் : போன் : 444089 • பெங்களூர் : போன் : 3310529 • மும்பாய் : போன் : 2656965, 2656970 • செகந்திராபாத் : போன் : 846669 • புதுடெல்லி : போன் : 6478781/82 • தாக்கூர் : போன் : 535149, 546790 • புனே : போன் : 352839, 350293. உறுப்பினர் சேவை மையங்கள்: சென்னை : நங்கநல்லூர் – போன் : 2343970, குரோம்பேட்டை – போன் : 402708. காக்கினாடா – போன் : 71396

இந்திய அரசாங்கத்தால் அங்கீகரிக்கப்பட்ட ஒரு நிதி நிறுவனம்   ஸ்தாபிதம் 1987   எங்கள் சேவை உறுப்பினர்களுக்கு மட்டுமே

ஸ்ரீ மருந்தீஸ்வரர் மற்றும் பாம்பன் சுவாமிகளின் அழகிய வண்ணப் படத்தை இலவசமாகப் பெற, ஹார்வெஸ்ட் தொடர்பு மையம், தபால் பெட்டி எண் 8595, சென்னை – 41, என்ற முகவரிக்கு எழுதுங்கள்.

உ

லாபம்

ஹார்வெஸ்ட்

நிதி அந்தஸ்து

உறுதியான தொழில் உறவுகள்

பாதுகாப்பே எங்கள் வலிமை

அக்கறையுடன் சேவை

ஒவ்வொரு செயலிலும் நேர்மை

முழுமையான திட்டங்கள்

தேவைக்கேற்ப திட்டங்கள்

உறுப்பினர் சேவை மையங்கள்

வயது முதிர்ந்தோர் சங்கம்

மதிப்பை போற்றும் ஈடுபாடு

நல்லறிவுடன் நாணயம்

வாருங்கள்... முற்றிலும் வேறுபட்ட சிறந்த சேவையைப் பெறுங்கள்



எத்தனையோ பெரியவர்களை, அரசியல் வாதிகளை, நடிகர்களைப் பாருங்கள். ஆழ்ந்த ஆன்மீக உணர்வு இருப்பவர்கள் பதற்றப்படாமல் எவ்வளவு நிதானமாகக் காயை நகர்த்துகிறார்கள் என்பதை உணர முடியும். பக்தி என்றாலே வயதானவர்கள் கதாகாலட்சேபம் செய்வதோ, பஜனை செய்வதோ அல்ல. மனிதனின் ஒவ்வொரு கால கட்டத்திற்கும், முன்னேற்றத்திற்கும் உறு துணையாக இருப்பது ஆழ்ந்த ஆன்மீக உணர்வு.

எட்டு மணிக்குள் பள்ளிக்கு ஓடவேண்டுமே என்ற பதைபதைப்பு இந்த இரண்டு மாதங்களும் இல்லை. காலையில் அவர்களை உட்கார வைத்து உங்களுக்குத் தெரிந்தவற்றைச் சொல்லிக் கொடுங்கள். பக்தி கேசட்டுகள் ஏராளமாக உள்ளன. அவற்றின் மூலமாகவும் சொல்லிக் கொடுங்கள். அவர்களோடு சேர்ந்து நீங்களும் தியானம் செய்யுங்கள். பரபரக்கும் மனம் அலைபாய்வதை நிறுத்தும். இன்னும் எவ்வளவோ பலன்களை அவரவர் அனுபவத்தில் அடைவீர்கள். அவர்களுக்குப் பிடித்த நடிகர் எவ்வளவு ஆழ்ந்த பக்தி உணர்வு உள்ளவராக இருக்கிறார் என்பதைச் சொல்லலாம். இன்னும் சொல்லப் போனால் சமூக உணர்விற்கு அறிக்கைவிடும் அவர் ஆன்மீக உணர்வை வளர்க்க இதுபோல பெரிய இயக்கங்களை நடத்தினார் என்றால் நாமெல்லாம் நன்றியுடையவர்களாக இருக்கலாம்.

இந்தப் பயங்கரமான 'மேற்கத்திய கலாசாரப் பரபரப்புக் கவர்ச்சி அலை'யிலிருந்து நம் செல்லக் குழந்தைகளைக் காப்பாற்றக் கூடிய சக்தி நம் தொன்மையான பாரத ஆன்மீக உணர்வுக்கு மட்டுமே உண்டு. இப்போது சரியான நேரம். அதை அவர்களிடம் ஆழ ஊன்றுங்கள்.

டீவி. பார்க்காதே என எப்படிச் சொல்ல முடியும்? ஓடிப் பிடித்து விளையாடாதே என எப்படித் தடுக்க முடியும்? எல்லாம் செய்யட்டும்! ஆனால் மனதில் பரபரப்பு, குழப்பம் இவை அவர்களுக்கு ஏற்படாமல் பாதுகாக்க வேண்டியது நம் கடமை. அவர்களின் பேச்சை ஊன்றிக் கவனியுங்கள். சரியாக வழிநடத்திச் செல்லுங்கள்.

'ஏதோ சொல்கிறான்' என அலட்சியமாக விட்டுவிடாதீர்கள். 'ரிங்க்கு' என்னும் சிறுவன் தந்துள்ள அதிர்ச்சி மனதைவிட்டு இன்னும் அகலவேயில்லை.

மாதா வைஷ்ணவ தேவி



* ஸ்ரீமாதா வைஷ்ணவி தேவி

விடுமுறை நாட்களில் கோடை வாசஸ்தலங்கள், அயல்நாடுகள், உறவினர் ஊர்கள் எனப் போகிறவர்கள் தவிர புண்ணிய ஸ்தலங்களுக்கு யாத்திரை செல்பவர்களும் உண்டு. வடநாட்டில் இமயமலைச் சாரலில் பல அற்புத ஸ்தலங்கள் உள்ளன. அவற்றுள் ஒன்று புகழ்பெற்ற வைஷ்ணவி தேவி கோயில். 66,60 வயதான தம்பதியர் தாங்கள் மேற்கொண்ட வைஷ்ணவி தேவி கோயில் யாத்திரையைப் பற்றி இங்கு கூறுகிறார்கள்—

"யாதேவி சர்வபூதேஷு சக்தி ரூபேண
சம்ஸ்திதா:
நமஸ்தஸ்யை, நமஸ்தஸ்யை நமஸ்தஸ்யை
நமோ நம:"

'எந்த தேவி சர்வ பூத, பிராணிகளில் சக்தி ரூபமெடுத்து வசிக்கிறாளோ அவளுக்கு எங்கள் நமஸ்காரங்கள் மீண்டும் மீண்டும்'

மாதா வைஷ்ணா தேவியை சுருக்கமாக வைஷ்ணவி என்று அழைக்கிறோம். பிரம்மா விஷ்ணு சிவன் மூன்று பேரிடத்திலும் எழுந்த ஜ்வாலைகள் ஒன்றாகி அதில் உதித்தவள் வைஷ்ணவி தேவி. மற்ற தேவதைகளிடத்திலிருந்து எழுந்த தேஜஸ் முகம், கேசம், தோள்கள், ஸ்தனம், சரணங்கள், கால் கைகளின் விரல்கள், பற்கள், கண்கள், காதுகள் முதலியவையாக மாறின: இப்படியாக அம்பாள் அவதரித்தாள்: சிவன் திரிசூலத்தையும், விஷ்ணு சக்ரத்தையும், வருணன் சங்கையும் பாசத்தையும், அக்னி அம்புகளையும் இந்திரன் வஜ்ராயுதத்தையும், யமன் கால் தண்டையையும், பிரஜாபதி ஸ்படிக மாலையையும் பிரம்மா கமண்டலத்தையும், சூர்யன் கிரணங்கள், சமுத்திரராஜன் உஜ்வலஹார், வஸ்த்ரம், சூடாமணி, இரண்டு குண்டலங்கள் மற்றும் வேண்டிய ஆபரணங்களையும் அளித்தார்கள். இவற்றால் தேவி மஹிஷாசுரனை வதம் செய்கிறாள்.

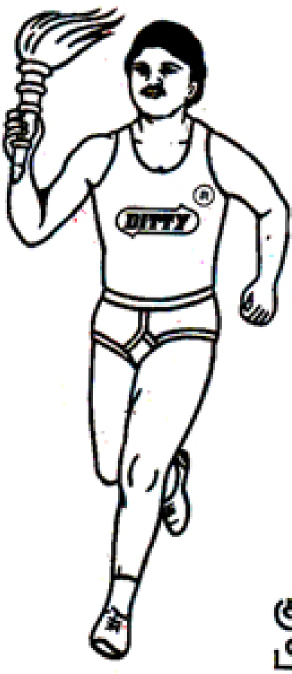
இந்த மாதா வைஷ்ணவி தேவியின் மகிமை சொல்லித்தரமன்று. கண்ணிழந்தவர்களுக்குக் கண்ணும், அங்கஹீனமுள்ளவர்களுக்கு அங்கங்களையும், பல மில்லாதவர்களுக்கு பலத்தையும், குழந்தையில்லாதவர்களுக்குக் குழந்தையையும் கொடுத்து ஆதரிக்கும் கற்பகவல்லி. இவளை சிரோபாலி என்று அழைப்பர் "ஜெய் மாதா தி" கோஷம் எப்போதும் கேட்கும். 24 மணி நேரமும் இவள் கோயில் கதவுகள் திறந்தே இருக்கும். பக்தர்கள் கேட்கும் வரங்களைக் கொடுக்கும் தயாமணி இந்த தேவி.

இந்தக் கோயில் கட்ரா என்ற ஊரிலிருந்து 14கி.மீ தூரத்தில் உள்ளது. சமுத்திரமட்டத்திலிருந்து சுமார் 2500 அடி உயரத்தில் திரிகூடபர்வத .



* புனித 'பிண்டி'கள்

டிட்டி ®



பனியன்கள்
ஜட்டிகள்
பேண்டீஸ்
மற்றும்
T. ஷர்ட்ஸ்





குழந்தைகளுக்கென்றே
பிரத்யேகமான ஆடை வகைகள்!

H.O.	:	DITTY HOSIERIES, P.B. NO. 410, TIRUPUR. Ph : 21611
Madras	:	DITTY KNITTERS, STN Road, West Mambalam. Ph : 483 9816
Madurai	:	DITTY HOSIERIES , 157 South Masi St., Madurai - 625 001
Bangalore	:	DITTY KNITTERS, Cubbonpet, Bangalore - 2. Ph : 2216208

உச்சியில் ஒரு குகையில் மஹாகாளி, மஹாலக்ஷ்மி மஹாசரஸ்வதி அம்சங்கள் கல்லில் ஏற்பட்டிருக்கின்றன. இதனை பிண்டிகள் என்று சொல்லுவார்கள். ஜனவரி பிப்ரவரி மாதங்களில் செல்வது அவ்வளவு உசிதம் இல்லை. பாதை கடினம். இவை இரண்டு மாதங்கள் தவிர்த்து மற்ற மாதங்களில் செல்லுவதுதான் உசிதம். நவராத்திரியன்று தேவியைத் தரிசிப்பது மிகவும் நல்லது. வாதாவரணம் கூட அனுகூலமாக இருக்கும்.

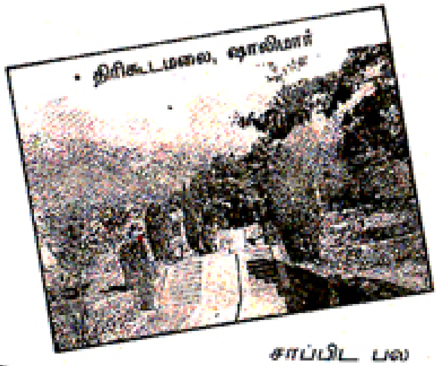
ரயிலில் வருகின்றவர்கள் ஜம்மு ஸ்டேஷனில் இறங்க வேண்டும். கையிலுள்ள சாமான்களை க்ளாக் ரூமில் போட்டுவிட்டு, மாற்றுக்காக ஒரு செட் துணிகள் இருந்தால் போதும். ஸ்டேஷனிலிருந்து ஜம்மு பஸ் ஸ்டாண்டை அடைய சின்ன வேன்கள் இருக்கின்றன. நபருக்கு ரூ.2/- வீதம் வசூலிக்கிறார்கள். ஸ்டேஷனில் சாமான்கள் வைக்க முடியாவிட்டால் பஸ் ஸ்டாண்டு க்ளாக் ரூமில் வைப்பதோ அன்றி ஓட்டலில் ரூம் எடுத்து வைப்பதோ நல்லது. பஸ் ஸ்டாண்டிலிருந்து கட்ரா என்னும் ஊருக்கு அடிக்கடி பஸ் போகிறது. இந்த ஊர் சுமார் 50 கி.மீ. தூரத்தில் இருக்கிறது. நபருக்கு ரூ.10/- வீதம் வசூலிக்கிறார்கள்.

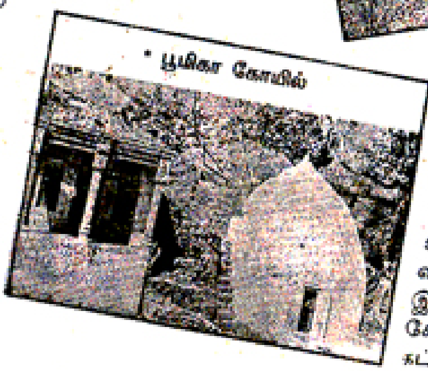

• ரகுநாத் கோயில், கட்ரா.

கட்ராவிற்குப் போகும் ரோடு மலையின் வழியாகப் போகும் மெடல் ரோடு. மலையில் காணப்படும் இயற்கைக் காட்சிகள் மனத்தைக் கொள்ளை கொள்ளும்.

சமுத்திர மட்டத்திலிருந்து சுமார் 2500 அடி உயரத்தில் திரிகூட மலையின் சாயலிலே இந்த ஊர் உள்ளது. இங்கிருந்து வைஷ்ணவ தேவியின் தர்பார் சுமார் 14கி.மீ. பரந்துள்ளது. நடையாகப் போகலாம். குதிரைகள், டோலிகள் கூட இருக்கின்றன.

இந்த ஊரில் ஒரு பஜார் இருக்கிறது. யாத்திரைக்கு வேண்டிய சாமான்கள் அத்தனையும் கிடைக்கும். இருக்க, படுக்க,


• திரிகூடமலை, ஷாலிமார்


• பூமிகா கோயில்

சாப்பிட பல ஓட்டல்கள் உள்ளன. நல்ல சாப்பாடு கிடைக்கும். இங்கு தங்குவதற்கு ஒரு கஷ்டமும் இல்லை. தர்மசாலாக்கள் ஓட்டல்கள் உள்ளன. இந்த ஊரில் கம்பளிகள் வாடகைக்குக் கிடைக்கும். இங்கு வைஷ்ணவி தேவி கோயிலுக்குச் செல்பவர்கள் கட்டாயமாக "யாத்ரி-பர்ச்" என்கிற யாத்திரிகை சீட்டுகளை வாங்கிக் கொள்ள வேண்டும். இது இல்லாமல் கோயிலில் விட மாட்டார்கள். வழியில் செக்கிங்கும் உண்டு.

கட்ராவில் ஒரு ரகுநாத மந்திர் உண்டு. சுமார் அரைகிலோ மீட்டர் தூரத்தில் பார்க்க வேண்டிய இடம்.

யாத்ரிகை தொடங்குமுன் காலில் கான்வஸ் அல்லது ரப்பர் ஷூக்களை அணிவது நல்லது. செருப்பில்லாமல் நடக்க முடிந்தவருக்கு இது தேவையில்லை; பல கடைகளில் இந்த ஷூக்கள் வாடகைக்குக் கிடைக்கும்.

புனிதமான யாத்திரையைத் தொடங்குமுன் சுத்தமாக இருக்க வேண்டும். டார்ச்லைட் இருக்க வேண்டும். குகையிலிருந்து வரும் பவித்ர நீர் எடுத்து வர வேண்டுமானால் ஒரு சிறு சீசா இருப்பது நல்லது. ஒரே நாளில் யாத்திரியை முடிக்க முடியாதவர்கள் நடுவில் இருக்கும் அர்த்தகுமாரி என்ற இடத்தில் தங்கலாம். இங்கு தங்க வசதி, கம்பளி முதலியவை

கிடைக்கும்.

இனி புனித யாத்திரியை ஆரம்பிக்கலாமா?

மூங்கில் கம்புகள் இவ்விடம் கிடைக்கும். ரூ.2/-தான். அதன் சகாயத்துடன் மலையேறலாம்.

கட்ராவிலிருந்து 1கி.மீ. தூரத்தில் தரிசிக்க வேண்டிய தர்வாஜா இருக்கிறது. இங்கிருந்து திரிகூட மலையழகைக் கண்டு களிக்கலாம்.

கட்ராவிலிருந்து 2 மைல் தூரத்தில் பூமிகா மந்திர் இருக்கிறது. இங்குதான் பாபாகபீர் ஜுக்கு கன்னியா ரூபத்தில் தேவி தரிசனம் கொடுத்தது.

இதனையொட்டியபடி பான் கங்கா நதி ஓடுகிறது. இங்குதான் அம்மன் தரிசனம் கொடுத்தபின் மறைந்தது. கூடச் சென்ற லங்கூர் என்பவருக்கு தாகம் எடுத்ததால் கங்கையை வரவழைத்து தாகந்தீர்த்தாள் தேவி. அதனில் ஸ்நானமும் செய்தாள். இது ஒரு புனித கங்கை. இப்போதெல்லாம் தண்ணீர் கிடையாது.

வழியில் சரண்பாதுகா என்ற இடம்



• பனிமூடிய மலைகளின் நடுவே தேவியின் ஆலயம்

வருகிறது. அம்மன் நின்று பின்னால் பைரவநாத் அரக்கன் வருகிறானா என்று திரும்பிப் பார்த்தாள். அவளுடைய அடிச்சுவடுகள் பதிந்த இடம். இந்த இடம் பான் கங்காவிலிருந்து 1½கி.மீ. தூரத்தில் உள்ளது. இங்கு கோயிலும் உண்டு. இது ஒரு விச்ராந்தி ஸ்தலம்.

சரியாக பாதி தூரத்தில் அதாவது 6கி.மீ தூரத்தில் அர்த்தநாரி ஆலயம் இருக்கிறது. இங்கு குகையின் உள் நுழைந்து பின்வெளி வந்து அம்மனை தரிசிக்கலாம். தர்மசாலா உண்டு. கடைகளும் உண்டு. இங்கு ராத்திரி தூங்கலாம். கம்பளிகள் கிடைக்கும். இங்கிருந்து நடந்து சரியாக 12வது கி.மீ. தூரத்தில் தேவி ஆலயம் இருக்கிறது. அம்மன் கோயில் இன்னும் ¾ கி.மீ இருக்கும்போது ஒரு பஜார் வழியாகச் செல்லுகிறோம். இங்கு ஓட்டல்களும், பிரசாதம் விற்கும் கடைகளும் மற்ற கடைகளும் இருக்கின்றன. பிரசாதத்தை இங்கிருந்துதான் வாங்கிச் செல்ல வேண்டும். சந்நிதானத்தில் கிடைக்காது. கையிலுள்ள எல்லா பைகளையும் கோவிலில் க்ளாக் ரூமில் வைத்துவிட்டு பிரசாதத்துடன் சென்றால் தான் உள்ளே விடுவார்கள் இங்கு ஸ்நானம் செய்ய தனியாக ஒரு கட்டடம் இருக்கிறது. ஆண் பெண் இருவருக்கும் தனித்தனி.

ஸ்நானம் செய்தவுடன் தரிசனத்திற்குத்

• வைஷ்ணவி தேவி (சுற்றிலும் வழித்தடங்கள்)



தங்கள் யாத்திரைச் சீட்டினை வாங்கி அதற்கு ஒரு நம்பர் கொடுக்கிறார்கள். அதன்படி உங்களைக் கூப்பிட்டு உள்ளே விடுகிறார்கள். போலீஸ் பந்தோபஸ்து அதிகம்.

கியூவில் சென்றுகொண்டே இருந்தால் ஓர் இடத்தில் நிறுத்துகிறார்கள். ஒரு சின்ன ரூம். ஒவ்வொருவராக உள்ளே விடுகிறார்கள். ஒரு மூலையில் 2½ அடி அகலம் 2½அடி உயரம் உள்ள ஒரு துவாரம் தெரிகிறது. அதில் படுத்தபடி ஒவ்வொருவரும் உள்ளே





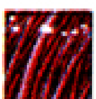
வேர்கள். ஒரு செடியின் ஜீவாதாரம்.

வேர்கள். அழகிய கூந்தலின் ஜீவாதாரம்.

செடிகளுக்கு வாழ்வு தொடங்குவது அதன் வேர்களிலிருந்து. ஆனால் உங்கள் முடியில் உயிருள்ள பகுதி அதன் வேர்கள்தான் என்பது தெரியுமா? அதனால்தான் வந்துள்ளது ஆர்கானிக்ஸ். முதன் முறையாக வேர்களுக்கு ஊட்டமளிக்கும் ஷாம்பூ, க்ளுகஸில்™ அடங்கியது. உடலில் இயற்கையாகவே உற்பத்தியாகும் ஊட்டப்பொருளான இந்த க்ளுகஸில்™



கூந்தலின் வேர்களுக்கு ஊட்டமளிக்கும். ஆர்கானிக்ஸில் உள்ள க்ளுகஸில்™ அடிவரை ஊடுருவி கேசத்தின் வேர்களை ஊட்டமளித்து வலுவாக்குவதால் கேசம் அழகுடன்



வெளிவரும். எனவே அழகான கூந்தல் பெற சுலபமான வழி, ஷாம்பூ போடுவது போல் கூந்தலில் வேர்களுக்கு ஊட்டமளிப்பதுதான்.



ORGANICS
க்ளுகஸில்™ அடங்கியது.

முதன்முறையாக வேர்களுக்கு ஊட்டமளிக்கும் ஷாம்பூ க்ளுகஸில்™ அடங்கியது.

HTA.1744.96

இந்துஸ்தான் லீவர் லிமிடெட்டின் தரமான தயாரிப்பு

கோட்ஸ் இந்தியா

(முன்னால் மதுரை கோட்ஸ் நிறுவனம்)

வழங்கும்

குறுகிய கால எம்பிராய்டரி பயிற்சி

FREE STYLE EMBROIDERY; COUNTED THREAD EMBROIDERY; CROCHET; TATTING; KNITTING; DRAFTING

மேலும் விபரங்களுக்கும் வகுப்புகளில் சேருவதற்கும் கீழ்கண்ட எங்களால் அங்கீகரிக்கப்பட்ட பயிற்சியாளர்களை அனுகவும்.

1) Mrs. Mridula Nagarajan,
No. 1, LIC Colony Extn.
Thiruvanmiyur,
Madras - 600 041. Ph : 4911581.

2) Mrs. T.N. Indira,
No. 20, Nadu street, Mylapore,
Madras - 600 004. Ph : 4943344.

3) Miss. Anitha,
164, T.T.K. Road, Ist Floor,
Alwarpet, Madras - 600 018.
Ph: 456946.

4) Mrs. C. Srividya,
7, Yogambal St, T. Nagar , Madras-17.

5) Miss. Pattu,
55, Jubilee Road,
West Mambalam,
Madras - 600 033. Ph:422472.

6) Mrs.Indira,
254, Ganesh Colony,
K.H. Road
(Opp. I.O.B.,) Aynavaram,
Madras - 600 023.

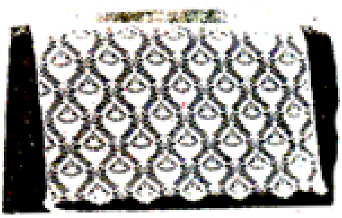
7) Mrs. Meera Rao,
Flat No.2,
Corner Stone Apartment,
20, Jeevaratnam Nagar,
Madras - 600 020.
Ph: 4912771.

8) Mrs. Anandhi Suresh Kumar,
E-7,Reddamma Apartment,
44-B, Arcot Road,
Virugambakkam,
Madras - 600 092.

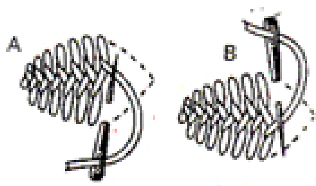
9) Mrs. G. Krishnaveni,
D-39, 8th Cross West Extn.
Thillai Nagar,
Trichy - 620 018.
Ph : 33389.

10) Mrs. Meenakshi Narasimhan,
236, Lakshmi Nilayam,
7th Street, Gandhipuram,
Coimbatore - 641 012.
Ph: 435514.

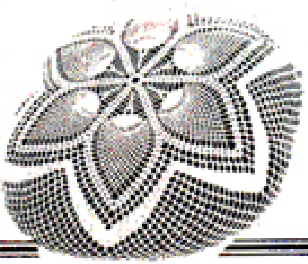
COUNTED THREAD



FREE STYLE



CROCHET



சிறப்புச் சலுகை : இப்பயிற்சியில் சேரும் ஒவ்வொருவரும் எமது "ஆங்கர் நீடில் கிராப்ட் கிளப்" உறுப்பினராக இலவசமாக ஒரு வருடத்திற்கு சேர்த்துக் கொள்ளப்படுவார்கள். பயிற்சியின் முடிவில் நற்சான்றிதழ் வழங்கப்படும்.

SUMMER COURSE - COUNTED THREAD AT SREE NARAYANA MISSION SR. SEC. SCHOOL, 54 ESWARAN KOIL ST, WEST MAMBALAM (NEAR RAILWAY STATION) MS-33.
ENROLLMENT: 4TH& 6TH MAY 96'; TIME 10A.M TO 1P.M

A.R.C. என்றும் ராசி!

Madras - 34 மாயவரம்

A.R.C. Jewellerrs

Madras - 34

VISIT OUR NEW A/C *Modern Showroom*

JOIN OUR ATTRACTIVE CHIT SCHEME

ரூ. 500/- சீட்டு திட்டத்தில் சேருபவர்களுக்கு **Hawkins** குக்கர் மற்றும் போனஸ் தவிர வட்டியும் வழங்கப்படும்.

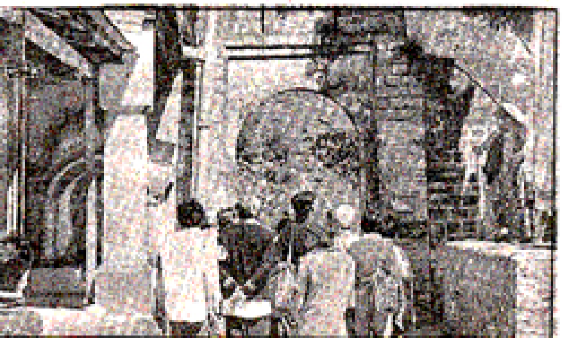
at 114 Kodambakkam High Road, Madras - 34.
(between Valluvar Kottam and Kodambakkam Overbridge)
(Periyar Road. Bus Stop) Ph : 827 7944

எங்கள் நகைகளின் உயர்ந்த தரம் உங்கள் தாத்தா பாட்டிக்கே தெரியும்

GOLD DIAMOND SILVER

செல்லுகிறார். அது ஒரு குகையின் வழியாகச் சென்று குகையின் உட்புறம் செல்கிறது. படுத்துக் கொண்டு ஊர்ந்து தான் செல்ல வேண்டும். சுமார் 38 அடி நீளம் இருக்கும். 1½ அடி அகலமும் கூட. அது முடிந்ததும் கொஞ்சம் திறந்த வெளி வருகிறது. மறுபடியும் குகையினுள் செல்கின்றது. விஸ்தாரமான குகை. அங்கு தான் தேவியின் பிண்டிகள் இருக்கின்றன. மாதாவின் உருவம் மஹாகாளி, மஹாலக்ஷ்மி மஹாசரஸ்வதி என்ற மூன்று பிண்டிகள் காணப்படுகின்றன. அதற்குப் பின் சில மூர்த்திகள் பிரதிஷ்டை செய்யப்பட்டு இருக்கின்றன. அகண்ட ஜோதி எப்போதும் எரிந்து கொண்டே இருக்கும். காலை மாலை இரண்டு வேளைகளிலும் பிண்டிகளுக்குப் பூஜை ஆரத்திகள் உண்டு. இதனைத்தான்

• பான்கங்கா கோயில்



தேவியின் தர்பார் என்று கூறுகிறார்கள். இங்கேதான் தேவி தன் திருவுருவத்திலே மும்மூர்த்திகளையும், அனைத்து தேவர்களையும் கொண்டு அருளாட்சி நடத்திக் கொண்டு இருக்கிறாள். தெய்வீகம் பொலியும் அந்த இடத்தில் நிற்கும் போது இந்த உலகமே மறந்து போகிறது. தமிழ்நாட்டின் எங்கோ ஒரு மூலையில் இருந்து எத்தனையோ இடங்களைத் தாண்டி. எத்தனையோ சிரமங்களைத் தாண்டி வந்ததெல்லாம் இந்தக் கணத்தின் மாட்சிமைக்காகத்தான் எனும்போது கண்களில் பக்திப்பரவசத்துடன் நீர் துளிர்க்கிறது. 'ஜெய் மாதாதி' எனும் கோஷம் நம் நாவிலும் புரள உடலும் உள்ளமும் தெம்பும் சக்தியும் பெறுகிறது. அவள்-சக்தி, சர்வமகா சக்தியல்லவா!

தரிசனத்திற்குப் பின் வெளி வந்தால் எதிரே மலைகள் உயர்ந்து காணப்படும். அதில் சிங்கம் புலி மான்கள் உலவுவது நன்றாகத் தெரியும். இங்கும் சாப்பிட சாப்பாடுகள் கிடைக்கும். பஜாரில் ஆஸ்பத்திரிகள், போஸ்டாபீஸ் டெலிபோன் சௌகரியங்கள் உண்டு. போலீஸ் எப்போதும் கண்காணித்துக் கொண்டே இருக்கும். இராத்திரியில் தங்கலாம். சத்திரம் உண்டு. கம்பனிபோர்வை வகைகள்

'கண் பார்வை' இழந்த டாக்டர். உஷா நாகராஜனை பற்றிய தகவல் படித்து மிக்க மகிழ்ச்சி அடைந்தேன். பார்வையற்றவர் என்று தெரிந்து அவர்களுக்கு வாழ்வு அளித்து மணந்து கொண்டதற்கு திரு. நாகராஜனுக்கு என் மனமார்ந்த வணக்கங்கள்.

பார்வையற்ற ஆண்களும் பெண்களும் ஏராளமானவர்கள் பலர் பட்டப் படிப்பு படித்து அரசு உத்தியோகத்தில் நல்ல வருமானம் பெற்று இருக்கிறார்கள். ஆனால் நம் சமூகத்தில் திரு. நாகராஜனை போன்ற பரந்த மனப்பான்மையுள்ள ஆண்களோ, பெண்களோ பார்வையற்றவர்களை மணக்க முன்வருவதில்லை.

நான் ஓய்வூதியம் பெறும் ஓய்வு பெற்றவன் வயது 70. எனக்கு இரண்டு ஆண் பிள்ளைகளும் பார்வையற்றவர்கள் (நெருங்கிய உறவினரை விவாகம் செய்து கொண்டதால்). நான் திருச்சியை விட்டு சென்னைக்கு வந்து படாத கஷ்டங்கள் பட்டு இருவரையும் பட்டதாரிகளாக உருவாக்கினேன். அவர்கள் மத்திய, மாநில அரசு ஊழியர்களாக பணிபுரிகிறார்கள்.

அவர்கள் மணமாவதற்கு இதுவரை பல முறை பல முக்கிய நாளிதழ், புத்தகங்கள், டி.வி. விளம்பரம் செய்துள்ளேன். பல சுயம்வரங்களுக்கு அழைத்து பங்கேற்று உள்ளேன். இருந்தும் என்ன செய்வது? இதுவரை ஒரு நல்ல இடம் மணமாவதற்கு அமையவில்லை.

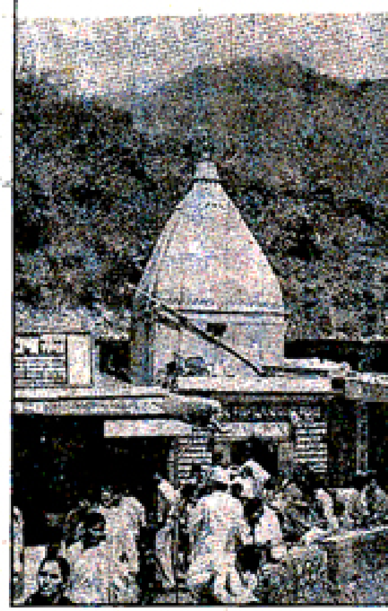
கை, கால் ஊனமுற்றோர் காது கேளாதோர் வாய் பேசாதோருக்கு எப்படியும் 50% மணமுடிகிறது. ஆனால் பார்வையற்றவர்கள் எவ்வளவு படித்து இருந்தும் நல்ல வருமானம் பெற்றும் அவர்களுக்குச் சமூகத்தில் திரு. நாகராஜனை போன்ற ஆணோ அல்லது பெண்ணோ முன்வருவதில்லை.

நான் என் பிள்ளைகளின் மணவாழ்க்கையை பார்க்க முடியுமோ முடியாதோ தெரியவில்லை.

— வ.கி. கோதண்டராமன்,
சென்னை — 12.



• கே. ராஜன் (மகன்)



'நர்ஷணி தர்வாஜா'

கிடைக்கும்.

தரிசனத்திற்குப் பின் பைரவ் மந்திர் சென்று கட்டாயம் தரிசிக்க வேண்டும். இல்லையெனில் பலனில்லை.

சம்சாரத்தில் சக்திதான் பிரதானம் மும்மூர்த்திகளும் சக்தியை வைத்து பாதுகாக்கிறார்கள். மாதா சக்தி ரூபமாக தரிசனம் கொடுக்கிறாள்.

இங்கு மாதாவை வரம் வேண்டி தேங்காய் அப்படியே போடுவதாய் வேண்டிக் கொள்வார்கள். இத்தனை தேங்காய்கள் என்று. உங்களிடமுள்ள தேங்காய்களை குகைக்குள் போகுமுன் வாங்கிக் கொண்டு ஒரு சீட்டு கொடுத்திருப்பார்கள். தரிசனத்திற்குப் பின் சீட்டுகளைக் காண்பித்தால் உங்களுக்குத் தேங்காய் வந்து சேரும்.

பின்னர் தரிசனத்திற்கு வந்தவழியே திரும்பி, வழியிலுள்ள கோயில்களைத் தரிசித்து பான்கங்கையில் ஸ்நானம் செய்து, லங்கரில் அன்னதானத்தில் பங்கு கொண்டு, கட்ரா சேர்ந்து பஸ்மூலமாக ஜம்முவை அடைவோம்.

ஜம்முவில் அக்ரூட், பாதம், கிஸ்மிஸ் இவை மலிவு; ஆப்பிள் மற்றும் மலைப்பழங்கள் பெரு சீப்பாகக் கிடைக்கும். கம்பளி, ஸ்வெட்டர், சால் போன்றவை மலிவு. இவைகளை வாங்கிக் கொண்டு ஜம்முவிலிருந்து ரயிலேறி ஊர் சேர்ந்து பத்து பேருக்கு அன்னதானம் செய்து யாத்திரையை செவ்வனே முடிப்போமாக!

"ஜெய் மாதாஜி!"

- பத்மாசங்கர்

வெடிப்புகளிலிருந்து விடுதலை பெற்று, பாதங்கள் மீண்டும் அழகுறும் - 14 நாட்களில்



வெடிப்புகள் எவ்வளவு அருவருப்பாக மற்றும் வலியூட்டுவதாக உள்ளன. கோல்ட் க்ரீம் மற்றும் ஜெல்லி மிகக் குறைந்த காலத்திற்கே ஆறுதல் அளிக்கவல்லது. ஆனால், மனம் தளர வேண்டாம். இப்போது உள்ளது, தனிச்சிறப்பாக தயாரிக்கப்பட்ட புதிய க்ராக் க்ரீம். இதன் சிறப்பான "ஈ ஹெச்" (எமோலியண்ட் ஹீலர்) ஃபார்முலா மற்றும் இதில் கலந்துள்ள அரிய மூலிகைகள் வெடிப்புகளில் ஆழ்ந்து ஊடுருவிச் சென்று உங்களுக்கு உடனடி ஆறுதல் அளிக்கிறது. 14 நாட்களில் * நீங்கள் பூரண குணம் பெறுகிறீர்கள். உங்கள் பாதங்களும் அவ்வாறே பொலிவுடன் விளங்குகின்றன எவ்வாறு உங்கள் அழகான முகம் விளங்குவதுபோல். *க்ராக் க்ரீம் தினமும் 3 முறை தடவுங்கள். இதைத் தடவியபின் 15 நிமிடங்கள் வரை உலரவிடுங்கள்.



க்ராக் ஆன்டிஸெப்டிக் க்ரீம்



நித்திய யுத்தம்



"இன்னிக்கு அவன் வரட்டும்... செருப்பாலேயே அடிக்கறேன். ஒரு மட்டு மரியாதை எதுவும் இல்லாமப் போச்சு... ரெண்டுங்கெட்டானெல்லாம் சரிக்குச் சரியாப் பேசறது... இதுகளோட மன்னாடணும்னு எழுத்து... ச்சை..."

பாட்டி புடைவையை உதறினாள். பட்டாஸ் வெடித்து நாலாப்புறமும் சிதறின தீர்த்திவலைகள்...

இன்று என்ன காரணத்தை வைத்துச் சண்டை ஆரம்பம் என்று இன்னும் தெரியவில்லை... அநேகமாக தினமும் ஏதாவது ஒன்றில் உராய்வு நிகழும்... பாட்டி ஆரம்பித்தால் அடுத்த அரை மணிக்கு யாரும் வேறு சப்தங்களைக் கேட்க முடியாது. எடுக்கப்பட்ட தலைப்பின் கனத்தையொட்டி அரை மணி என்பது இன்னும் விஸ்தரிக்கலாம்.

தலையிலிருந்து நழுவும் முக்காட்டை அவள் சரி செய்து கொண்டாள். குழந்தைகளுக்கு அவளது மழித்த தலையும் முக்காடும் ஏதோ விசித்திரமே... இது பற்றிக் கேட்டதற்கு அவள் நல்ல மனநிலையில் இருந்தபோது சொன்ன பதில் 'மழை கொட்டினா நனையாம இருக்கும்.'

அன்றிலிருந்து அந்த ஐந்து குடும்பங்களுக்கும் அவள் 'மழை கொட்டற பாட்டி.'

பாட்டியின் மருமகள் ரோஜி மாமியும் வயதானவள்தான்... அவள் வருவதற்கு முன்பு வரை பாட்டியின் மகன் தாய் சொல்லைத் தட்டாதவர்... சமையல் முறை, அதிதி உபசரிப்பு, செலவினம் போன்றவற்றில் ரோஜி மாமியின் அணுகுமுறையும், நடத்தையும் வெகுவாகத் திருப்தி தந்த காரணத்தால் பிள்ளை, (மாமா என்றே அழைக்கலாம்) பாட்டியை முன்போல அவ்வளவு முக்கியத்துவம் கொடுத்துப் பேசுவதில்லையென்பதே ஆதாரமான கருதி...

ரோஜி மாமி ஆரம்பத்தில் விட்டுத்தான் பார்த்தாள். சக குடித்தன மருமகள்கள் அவளைக் கோடரிக் காம்பு எனக் குத்திக் காட்டி, உரிமையை நிலைநாட்டாவிட்டால் ஏனையோரையும் பாதிக்கும் என்றதில், கொம்பு சீவப்பட்டவளாகி சிலிர்த்தெழுந்தாள்...

மெயின் ரோட்டில் அந்த வீடே பிரசித்தம்... அந்த வீட்டின் நிலைக் கதவு சார்த்தி வைக்கப்படாமல்தான் இருக்கும்... யாராவது ஒருவர் உள்ளே நுழையும்போது வெளியே வேறொருவர் போவார்... முன் போர்ஷன் சக்குபாய்க்கு இது தீராத தலைவலி. போகும் - வரும் 'ஏழவுகள்' சடார் படாரென்று கதவைத் தலைமேல் அறைந்துவிட்டுப் போகின்றன. சக்குபாய்



தனியன்... குறைந்த வாடகையில் வேறு வீடு இல்லை... அழகான கடைசி போர்ஷன் கிடைத்திருக்க வேண்டியது... அரை மணியில் கை நழுவிப்போனது... ருக்குமணி பிடித்துவிட்டாள்... ருக்குமணியின் கணவன் முனிசிபாலிடி சேவகன். வரிவிதிப்பு, வொட்டு லொகக்குன்னு எல்லாம் ஓடியாடி பார்க்க வீட்டுக்காரக் கிழவியால் ஆகாது... ருக்குமணி போர்ஷன் அமைதியானது...

"நாங்களும் பெத்தோம் வளர்த்தோம்... அதிசயமா இவதான் பெத்திருக்கா... புருசனத்தான் அண்டவிட மாட்டேங்கறா, குழந்தைங்களையுமா...? கூடாரைவல்லின்னு பெருமா(ன்) கோயில்ல சர்க்கரைப் பொங்கல் குடுத்தா. எனக்குன்னு கூட வெச்சக்காம குழந்தைக்குன்னு கட்டி எடுத்துண்டு வந்தா குடுக்கப்படாதாம்... நீயும் பண்ணமாட்டே, இருக்கிறவாளுக்கும் தரவிட மாட்டே... த்தூ..."

பாட்டி எதிரே நின்ற வாலாம்பாளை மருமகளாகப் பாவித்து இரைந்தாள். வாலாம்பாள் துணி துவைக்க வேண்டும்... கல்லைப் பாட்டி பிடித்துக் கொண்டு விடுவேளா என்கிறாள்... இருப்பதோ ஓரே கல்... ஆயினும் பாட்டியின் இரைச்சல் அவளுக்கு சுவாரஸ்யமாய் இருந்ததால்

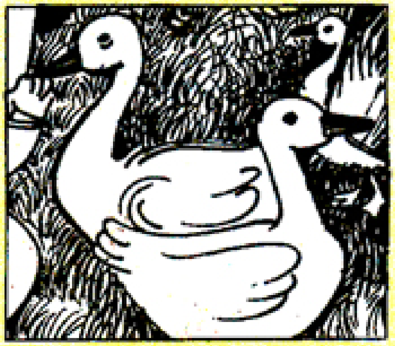
சுப்பிரமணியன் ரவிச்சந்திரன்

மே கோகுலம் வந்தாச்சு
முதலில் வாங்கிடப் பறந்தாச்சு!

கோகுலம்

மே இதழில்....

- கோடை விடுமுறைப் போட்டி
- சிறுகதைப் போட்டி
- நீங்களாக இருந்தால்? – போட்டி
- தும்பிலி – வண்ணப்படக்கதை
- வலமும் இடமும் அறிவியல் சித்திரமடல்



- ஓடினால் குள்ள வாத்து என்னவாகும்?

\+

வழக்கமான எல்லாம்

96 பக்கங்கள்
ஐந்தே ரூபாய்க்கு!

கோகுலம், எக்காடுதாங்கல்,
சென்னை – 97

காத்திருப்பதை லட்சியம் செய்யவில்லை...

"ஒரு நாள் கெழமை கிடையாது. எச்சில் துப்பல் இல்லே... இத்தனை பேர் இருக்கிற இடத்திலே புளிச்னு துப்பறதை யாரு கேக்கறது..." என்றவாறு ரோஜி மாமி நுழைந்தாள். பாட்டி அவ்வாறு பிசகு பண்ணி மாட்டிக் கொண்டதை அவளுக்குக் கிடைத்த பிடியாக நினைத்தாள்...

வாலாம்பாள் இருவரையும் தடையின்றிப் பார்க்கும் வண்ணம், போக்குவரத்திற்கு இடையூறில்லாத இடமாகப் பார்த்து அமர்ந்து கொண்டாள்... ரோஜி தெல் போன்றவள்... அவள் மாமியாரை நன்கு எரியச் செய்வாள்...

ரோஜி மாமி தனது மாமியாரைத் தவிர எதிரில் ஆள் இல்லாததால் தனது கட்சியைக் கிணற்றைப் பார்த்துச் சொன்னாள்...

"இங்க யாரும் மறிக்கலை... ரகுவுக்கு இழுப்பு வரும்... மூணாம் மாசம் இந்த மாதிரிதான் ஆசையா பேரனுக்குப் பால்கோவா கொடுத்துட்டு இருக்கிற கூட்டாளிகளோட புஷ்பப் பல்லக்குப் பார்க்கப் போயாச்சு. பாதி ராத்திரியானா புஸ்புஸ்னு இழுக்கறது துருத்தியாட்டம்... என்ன எழவடிக் குடுத்தேன்னு சொம்பால அவர் மொத்தறார்... ஊரே சிரிச்சுப் போச்சு... டாக்டர் நாக்கைப் புடுங்கிக்கறாப்பல கேக்கறார்... அறிவில்லையான்னு. உற்சவம் பார்க்கப் போறவாளுக்கு இதெல்லாம் என்ன தெரியும்... சீராடறா பேரனோட... அதிசயமா..." மாமி சத்தம் வராமல் உமிழ்ந்தாள். வந்த காரியம் ஆனதென்று உள்ளே போனாள்...

பாட்டி வாலாம்பாளை நோக்கி அர்த்தபுஷ்டியுடன் தலையை ஆட்டிக் கண்ணைக் காண்பித்தாள். 'இதுமட்டும் ஆசாரக் குறைவு இல்லையா...?' ஆமோதித்தபடியே லகுவாகத் துணிகளைக் கல்லின் மேல் வைத்து ஆக்கிரமித்துக் கொண்டாள் வாலாம்பாள்.

"நாங்க பாக்காத மாந்தமா, கணைச் சூடா, கட்டியா...? ஒழுங்கா வெளக்கெண்ணெய், சொரஸம்னு குடுத்தா ஏன் வரும்கறேன்... மார்த்துணியைக் கூடக் கவனிக்காம யாரோடயாவது பேச்சு. 'கெக்கெக்'னு அறுபட்ட கோழி மாதிரி காணாததைக் கண்ட சிரிப்பு... உருப்படுமா... பேசறா... ஒரு தகரப் பொ டிக்கே இவ்ளோ ஆட்டம்... இன்னும் நாசர் பொண்டாட்டி மாதிரி பேசரி, ஒட்டியாணம்னு வந்திருந்தா நான் இருக்கவே முடியாது..."

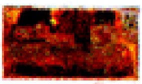
வாலாம்பாள் உள்ளே போன ரோஜி



ஜெட்மாட்டிக் டீஃப்ராஸ்டிங்



எக்ஸ்ட்ரா லார்ஜ் ஃப்ரீஸர்



டபுள் ட்ரே டிரான்ஸ்பேரன்ட் சில்லர் கம்பார்ட்மென்ட்



சுத்தமான பின்புறம்



ஜப்பானிய தொழில்நுட்பம்



ஆட்டோ எவாப்ரேட்



எரிபொருள் மிச்சப் படுத்தும் கம்ப்ரெஸர்.

WE BRING QUALITY TO YOUR HOME

VIDEOCON

விடியோகான் மட்டுமே உங்களுக்கு அளிக்கிறது

ஜெட்மாட்டிக் அனுகூலம்

விற்பனை துறையில், ஒரு நல்ல, ஒத்தரைக் தேவுள்ள ரெஃப்ரிஜெரேட்டரை நாடுபவர்கள் விரைவில் ஒரு அடிப்படை உண்மையைப் புரிந்து கொள்வார்கள்: அநேக ரெஃப்ரிஜெரேட்டர்கள் சிறப்பம்சங்களை மட்டுமே அளிக்கின்ற வேளையில், விடியோகான் ஜெட்மாட்டிக் உண்மையிலேயே ஒரு தனித்த மேலாண்மையைப் பிரதிபலிக்கிறது.



ஜெட்மாட்டிக் டீஃப்ராஸ்டிங் : ஒரு பட்டனை அழுத்தினால் போதும். ரெஃப்ரிஜெரேட்டர் தானாகவே மற்றவைகளைக் கவனித்துக் கொள்கிறது. ஃப்ரீஸருக்கும் சில்லர் கம்பார்ட்மென்டுக்கும் இடையிலுள்ள ஒரு சாய்வான தட்டு, உறைநிலை மாறிய, பழைய தண்ணீரை வெளியிலுள்ள இன்னொரு தட்டுக்கு அனுப்புகிறது. அங்கிருந்து அது முற்றிலும் ஆவியாகி விடுகிறது. உங்கள் ரெஃப்ரிஜெரேட்டர் டீஃப்ராஸ்ட் ஆனதும், அது தானாகவே மீண்டும் வேலையைத் தொடங்குகிறது.

எக்ஸ்ட்ரா லார்ஜ் ஃப்ரீஸர்: ஃப்ரீஸர் கம்பார்ட்மென்டின் சுவர்கள், ரெஃப்ரிஜெரேட்டரின் சுவர்களோடு வரி இறக்கப்பட்டு இணைக்கப்படுவதால், வழக்கமான ஃப்ரீஸர்களைவிட 20% கூடுதல் சேமிப்பு இடவசதியைக் கொடுக்கிறது. இதில் அதிநவீனமான, எரிபொருளை மிச்சப்படுத்தும் ரோல் பான்ட் தொழில்நுட்பம் இருப்பதால், ஒரே சீராக குளிர்ச்சி அடைந்து, வைக்கப்படும் உணவு பண்டங்கள் நீண்ட நேரம், புத்தம் புதிதாக உள்ளன.



டபுள் ட்ரே சில்லர் கம்பார்ட்மென்ட் : ஒரு நூதனமான இரட்டை ட்ரே அமைப்பு கொண்ட ஊடுருவிப் பார்க்கக் கூடிய சில்லர், சீக்கிரம் கெட்டுப் போகக் கூடிய பொருட்களை, உயர்ந்த புத்தம் புது நிலையில் நீண்ட நேரம் வைக்க உறுதி அளிக்கிறது.

கவர்ச்சியான தோற்றம், சுத்தமான பின்புறம் : உங்கள் ரெஃப்ரிஜெரேட்டர் உயர்ந்தும், துருப்பிடிக்காமலும் இருக்க, அசிங்கமான கன்டென்ஸர் காயில்களுக்குப் பதிலாக, வெளிக்குத் தெரியாத முலியன் ட்ரையர் பைப்கள் உள்ளன: இதன் காரணமாக ரெஃப்ரிஜெரேட்டரின் பின்புறம் சுத்தமாக இருப்பதுடன், சுவருடன் நெருக்கமாக சேர்த்து வைக்க முடியும். கைப்பிடி-லாரப்பட்டை அமைப்புடன், தேர்ந்தெடுக்க வசதியாக மூன்று நிறங்களில் கிடைப்பது ஜெட்மாட்டிக் பெற்றுள்ள இன்னும் கூடுதல் பெருமை.

ஜப்பானிய தொழில்நுட்பம் : நேஷனல் ரெஃப்ரிஜெரேட்டர் தயாரிப்பாளர்களான, மாட்சுஷிட்டா ரெஃப்ரிஜெரேஷன் கம்பெனி, ஜப்பான், அவர்களின் தொழில் நுட்ப வடிவமைப்பு மற்றும் வரைவு கூட்டுறவுடன் ஜெட்மாட்டிக் தயாரிக்கப்படுகிறது.

எரிபொருள் மிச்சப்படுத்தும் கம்ப்ரெஸர் : ஜெட்மாட்டிக்கின் இதயப் பகுதி போன்று, இறக்குமதி செய்யப்பட்ட, எரிபொருள் மிச்சப்படுத்தும் கம்ப்ரெஸர் உள்ளது. இது இந்திய காலநிலைகளுக்கு உகந்தவாறு தயாரானது. இதுவும் தவிர, இதிலுள்ளது மேம்பட்ட பஃப் இன்சலேஷன், ஸீல் செய்யப் பட்ட சிஸ்டம்களுக்கு 5 வருட உத்தரவாதம் மற்றும் ஒரு தொழில் நுட்ப ஜாம்பவானிடமிருந்து கிடைக்கும் அனைத்து, விற்பனைக்குப் பிந்திய பணிச் சேவை பராமரிப்புகள். ஜெட்மாட்டிக் கொண்டுள்ள அனுகூலத்தின் பன்முகப் பயன் அம்சங்கள். இப்போது உங்களுக்குப் புரிந்திருக்கும். தாமதம் ஏன்? விரைந்து சென்று, உங்கள் அருகாமைந்த விற்பனையாளரிடமிருந்து, இன்றே வாங்கி வாருங்கள் ஒரு புதிய விடியோகான் ஜெட்மாட்டிக்!

JETMATIC

VIDEOCON

REFRIGERATORS



விடியோகான்

அனைத்துக்கும் முன்னோடி விடியோகான் உங்களோடு

iBaN/VIL/FP/95/040 TAM

தமிழ்ப் புத்தாண்டை முன்னிட்டு

டெபாசிட்தாரர்களுக்கும்
நகைக் கடன் பெறுபவர்களுக்கும்
வியப்பூட்டும் பரிசுகள் காத்திருக்கின்றன!

MBF

மந்தவெளி பெனிபிட் பண்ட் லிமிடெட்

Main Branch : 'P.A. Building' 42, Venkatakrishna Road,
R.A. Puram, Madras - 600 028.
☏ 493 8314 / 493 8315 / 493 8316

Egmore Branch : 'P.A. House' 32A, Halls Road, Egmore,
Madras - 600 008. ☏ 826 4422 / 826 4433

K. Ponnusamy

நாங்கள் வாங்கி வந்த நேந்திரங்காய் சிப்ஸ், பாக்கெட் பிரித்து பார்த்ததும் தான், பழையது, நமுத்து போயிருக்கிறது என்று தெரிந்தது. 1கிலோ சிப்ஸ் வீணாக்கவும் மனசில்லை. உடனே என் கணவர் சொன்னபடி எண்ணெய் வைத்து வறுத்து எடுத்தேன். சிப்ஸ் கொஞ்சம் கலர் மாறினாலும், தின்பதற்கு புதிதாக செய்தது போல் மிகவும் டேஸ்ட்டாக இருந்தது. எண்ணெயும் கொஞ்சமும் குடிக்க வில்லை.

- தங்கம் கணபதி



மாமியை மனத்தில் வைது கொண்டிருந்தாள்... 'எவ்வளவு அயனான பாயிண்ட் இது...? கிழவி வகையாக வாயைக் கொடுக்கிறாள். பதிலுக்கு ஒரு இறுக்கு இறுக்கினால் எத்தனை ரசமாக இருக்கும்...? மூன்று புடைவைகள், பாவாடைகள் என்று இரண்டு கழுதைத் துணிகள் இருக்கின்றன. ரோஜி பதிலாடினால் வலி தெரியாமல் துணிகளைக் குமுக்கலாம்...'

வாலாம்பாளைத் தெய்வம் கைவிடவில்லை... அம்பு போலப் பாய்ந்து வந்தாள் ரோஜி மாமி... புடைவையைச் செருகிக் கொண்டாள். வாளியைக் கிணற்றில் விட்டாள். சகடை ஐயோ என்றது. தபார் என்று வாளி நீரில் மோதியது.

"பெரிய வைத்திய பூஷணம்... இவா புள்ளை வளத்த லட்சணத்தை நாங்க பாக்கலே... இன்னிக்கும் மாமா துணியை மூக்குல மூடாம நடமாட முடியல... எப்பப் பார்த்தாலும் வெள்ளீர்... இவா பண்ணி வச்ச கோளாறுக்கு ரிப்பேர் பண்ண முடியாம என் பிராணன்தான் தெனம் பறிபோறது... அப்பப்பா... இந்த வாய் மாத்திரம் இல்லேன்னா எப்பவோ காக்கா குருவி தூக்கிண்டு போயிருக்கும்..."

தொடர்ந்து பாட்டி அவளுடைய பங்கைத் தராசில் வைத்தாள். அதில் ரோஜி மாமியின் பெற்றோரின் அக்கறையில்லாத குழந்தை பராமரிப்பு, செய்வேன் என்றுவிட்டுச் செய்யாமல் போன சீர்களின் மோசடி... கல்யாணத்தில் ஏற்பட்ட கௌரவக் குறைவு... ஏதோ பெருந்தன்மையுடன் தான் இருக்கா விட்டால் ரோஜி என்பவள் கழுத்தில் தாலி ஏறியிருக்காது என்னும் சரித்திரம் என்று கலைடாஸ்கோப்பின் சித்திரங்களாய் விரிந்தன...

ரோஜி மாமிக்கு மூக்கு விடைத்தது... ஆட்டைக் கடித்து, மாட்டைக் கடித்து இப்போது தன் பெற்றோரையேவா...?

"என்னது... என்னது...?" என்பதற்குள் வாலாம்பாள் அவளை அதட்டினாள். "ஸ்கூ... பேசாமப் போ மாட்டே? போறும்..." வாலாம்பாள் துணி முழுவதையும் துவைத்து விட்டாள். இனி மொட்டை மாடியில்தான் அவளுக்கு வேலை. இந்த இருவரின் சண்டை நாராசமாக இருக்கிறது. யாராவது ஒருவர் ஒதுங்கிப் போகலாம் என்றால் இருவருமே விடமாட்டார்கள். இருப்பது போதாதென்று இந்த மத்தியஸ்த உத்தியோகம் வேறு. ரோஜிக்கு நேரம் காலமே கிடையாது. என்ன பாழாய்ப் போகிறது... கிழவி நாளைக்கு அகப்படாமலா போய் விடுவாள்... நாளைக்கு நான்தான் துவைக்க வராமல் போவேனா...?

புயலுக்குப் பின் அமைதியாய் இருவரும் மூக்கைச் சிந்திக் கொண்டும் முணுமுணுத்துக் கொண்டும் அவரவர் கட்சியைத் தமக்குள்ளே ஸ்தாபித்துக் கொண்டிருந்தார்கள். அக்கம்பக்கத்துப் போர்ஷன்களிலும் இவ்வாறாக இருந்தும் ரோஜி மாமியோ, பாட்டியோ பொருட்படுத்தவில்லை... அவர்கள் இருவரும் அவர்கள் வீட்டு நீதிபதியான மாமாவுக்காகக் காத்திருந்தார்கள். இன்று இரண்டில் ஒன்று தெரிய வேண்டும்... போகிறது போகிறது என்று எத்தனை நான்தான் பார்ப்பதாம்?

மாமா பொதுவாக வர ராத்திரி பத்தாகிவிடும்... ஆபீஸ் முடிவது ஐந்து மணிக்கு என்றாலும் அவர் திருப்பாதிரிப்புலியூர் காபிக் கடையில் கணக்கெழுதிவிட்டு வரவேண்டும்... மாமாவுக்கு நான்கு தங்கைகள் மட்டுமே அப்பா வழிச் சொத்து... அவர்களின் கல்யாணத்திற்கு காப்பிக் கடை முதலாளியின் பணம்தான் பெருமளவு...

பாடலி கொட்டகையில் முதல்

ஆட்டம் விடுவதுதான் கணக்காக முதலில் இருந்தது. அப்பொழுதெல்லாம் விலாவாரியாகப் பதினெட்டு ரீல்களில் படம் எடுத்தார்கள். இப்போது சினிமாவா வார் ரீலா என்றே புரியவில்லை. எனவே முதலாளி சிதம்பரம் பாசஞ்சரைக் கணக்கு வைத்துவிட்டார்... அது பெரும்பாலும் லேட்டாக வரும்... மாமா கேட் இறங்கும் மணி ஓசையில் காதையும், பேரேட்டில் கண்ணையும் வைத்தபடி இருப்பார்... ரயில்வே என்றைக்குத்தான் இந்தப் பாசஞ்சர் வண்டியை நீராவி என்ஜினிலிருந்து விடுவிக்குமோ...?

மாமாவைச் சோதிக்காமல் கேட் இறங்கும் தேவாலய மணிச் சப்தம்... ஏறக்கட்டிவிட்டு இறங்கினால் - என்ன இது செருப்பு...? இங்குதானே விட்டோம்? இப்போதுதான் ரூபாய் கொடுத்துக் கிழே டயர் மாற்றியது... ஆணியைச் சரியாய் அடிக்காமல் அதுவேறு கட்டை விரலை நிமிண்டியது... இன்று கடைக்காரனிடம் கொடுத்து ஒரு தட்டுத் தட்ட நினைத்த நினைப்பில் மண்... திருடியவன் இருந்தாவிட்டாலும் ஆணி குத்தும் இம்சையைப் பொறுக்க முடியாமல் மீண்டும் ஓசைப்படாமல் கடையிலேயே விட்டுவிட்டுப் போகலாம். நாளை இதே இடத்தில் பார்க்க வேண்டும்... தொலைத்த இடத்தில் தேடுவதுதானே முறை...?

பான்பரி மார்க்கெட்காரர்களின் குப்பைக் கூடையே மெயின் ரோடுதான்... வாழையிலைப் பட்டைகளும், அழுகிய தக்காளிகளும் எந்த நேரமும் ரோட்டை ஈரமாகவே வைத்திருக்கும். தாண்டும் வயதோ உடலோ இல்லை... உள்ளங்காலில் கொழகொழப்பு அருவருப்பாகத் தொட்டது...

மாமாவுக்குச் சுய பச்சாதாபம் ஓடியது... தனக்குத்தான் எல்லாமும் நேர்கிறது. நஷ்டம், திருடு உட்பட... அதுவாவது போகட்டும் என்றால் வீட்டுப் பெண்கள் சாந்தியைக் கொடுக்கலாம்... ஓரொரு வீடுகளில் மாமியாரும் மனைவியும் சமமான மாடுகளைப் போல அழகாக வண்டியை இழுத்துப் போகிறார்கள்... கண்ணியமாக இருக்கிறது...

மாமா பாடலேசுவரர் இருந்த திசையைப் பார்த்துக் கும்பிட்டார். அவர்தான் நல்ல புத்தியைத் தரவேண்டும்...

மாமாவிற்கு நடப்பதே எரிச்சலாய் இருந்தது... பாதி தெரு விளக்குகள் எரியாமல் மேடா பள்ளமா என்று தெரியாமல் காலை வைக்கும் போது 'தக்'கென்று அதிர வைக்கிறது. ஆணி குத்திய போதும் செருப்பின் அருமை தனிதான்... திருடனுக்கும் சேர்த்துத்தான் பாடலேசுவரரிடம் வேண்டியிருக்கிறது...

மௌனமாய் வெள்ளிரை வைத்தாள் ரோஜி மாமி. அதில் வாயைக் கொப்புளித்த பின்புதான் சாப்பாட்டுத் தட்டு...

"இப்பிடியே கொப்புளிச்சுட்டு மண்ணைத் தட்டிண்டு எழுந்து போயிடு. சத்திரமா இது... வீட்டுல என்ன நடக்கறது, என்ன போறதுன்னு ஒரு கேள்வி மொறை வேண்டாம்?" - பாட்டி நாணைப் பூட்டினாள்.

சாதாரணமாய் முதலில் பிராது கொடுப்பவர் பக்கமே மாமா பேசுவார்... இன்று கிழவி முந்திக் கொண்டு விட்டாள்.

"அப்படியே போயிடறேன். நொழைஞ்சு அரை நாழிகை கூட ஆகல்லே. புகார்! செருப்பு தொலைஞ்சு போய் கால் தேயத் தேய வரேன், மனுசன் அவஸ்தை தெரியாது... ஏன்டி ரோஜி, என்னடி எழவு இது...?" மாமா மாமியிடம் வினவினார்.

"செருப்பு தொலைஞ்சு போச்சா... பாவமாத்தான் இருக்கு... ஆனாலும் கெட்டதுலயும் நல்லதுங்கறாப்பல ஆயிடுத்து... அந்தச் செருப்பாலதான் ஒங்களை அடிக்கறேன்னு ஒங்கம்மா சொல்லிண்டிருந்தா... நீங்க தப்பிச்சேள்" என்றாள் ரோஜி மாமி... வெற்றிகண்ட பெருமிதத்துடன் தட்டு எடுக்கப் போனாள்...



முட்டைகோஸ் துவையல்

நாம் எப்போதும் செய்யும் கூட்டு அல்லது கறியைவிட முட்டை கோஸில் துவையல் செய்தால் ருசியாக இருக்கும். கோஸை நன்றாக நறுக்கி, அலம்பி வாணலியில் கொஞ்சம் எண்ணெய்விட்டு வதக்கி அத்துடன் உளுத்தம் பருப்பு, பெருங் காயம், மிளகாய் வற்றல், பச்சைமிளகாய் (வேண்டிய அளவு) எண்ணெயில் வறுத்துக் கொண்டு அத்துடன் சிறிய அளவு புளி சேர்த்து மிக்ஸியில் அரைத்துத் துவையல் செய்தால் சப்பாத்தி, தயிர் சாதத்திற்குத் தொட்டுக் கொள்ளலாம்.

– வி.கே. ராஜலக்ஷ்மி

சரவணா ஸ்டோர்ஸ்

ரெங்கநாதன் தெரு, தி.நகர், சென்னை 600 017.

உயர்தரமான தங்க நகைகள் வெள்ளி பாத்திரங்களுக்கு

செய்கூலி இல்லை



22 CT. தங்கம்

1 கிராம் விலை ரூ. 504.00

(விலை மாற்றம் உண்டு)

பட்டுப்புடவைகளுக்கு 10% தள்ளுபடி

ஜவுளிகள்,
ரெடிமேட் ஆடைகள்,
பாத்திரங்கள்,
T.V., டேப்ரிக்கார்டர்,
ஃப்ரிட்ஜ், வாஷிங் மெஷின்,
ஃபேன், கிரைண்டர்,
மிக்ஸி, சூட்கேஸ்

FIXED DEPOSIT

21%

PER ANNUM

ஞாயிறு விற்பனை உண்டு

LR SWAMI P/P

முதலீட்டாளர்களின் மேல் உள்ள எங்கள் விருப்பம் அதிக வட்டி அளிக்க செய்கிறது

நிரந்திரவைப்பு நிதி	3 மாதம்	6 மாதம்	1 வருடம்	2 வருடம்	3 வருடம்	பென்ஷன்தாரர்கள் பயன் பெறும் திட்டம்
வட்டி விகிதம்	15%	16%	18%	19%	20%	21% வரை

PPF 1979

PALGHAT GROUP 50

GOLDEN YEARS OF PERSONALISED SERVICE & PEOPLE'S TRUST.

பாலக்காடு பெர்மனன்ட் ஃபண்ட் லிமிடெட்
(நிதி நிறுவனம்)
பதிவு அலுவலகம் : 16, நாளா தெரு, தி.நகர், சென்னை - 600 017.
தொலைபேசி : 4342583/4342605/4342613

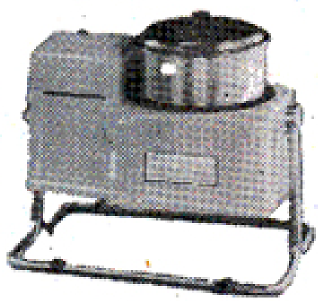
TRANSACTION WITH MEMBERS ONLY

Adept

கிளைகள்: • ஜார்ஜ் டவுன் - Ph : 5341651 • அயனாவரம் - Ph : 615090 • புரசைவாக்கம் - Ph : 6422315 • திருவல்லிக்கேணி - Ph : 8542874 • அண்ணா நகர் - Ph : 6266934 • அடையார் • கோயமுத்தூர் - Ph : 444491 • ஹைதராபாத் - Ph : 203935 • பாலக்காடு - Ph 824403 • பெங்களூர் - Ph : 3324977

சாஸ்தா
கிரைண்டர்

நல்ல கிரைண்டர்



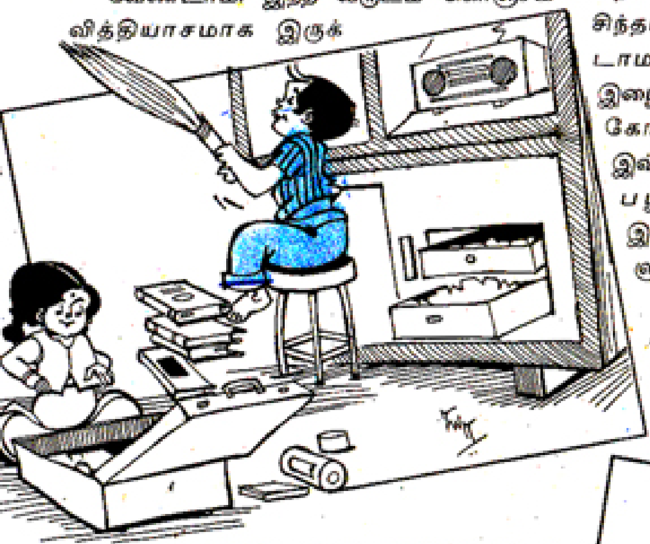
தயாரிப்பாளர்கள்
ராஜா ஹோம் அப்ளையன்சஸ் லிமிடெட்
H.O 430 கண்ணுசாமி கவுண்டர் தெரு, ரத்தினபுரி கோவை27. போன் & ஃபேக்ஸ் 532133
Branch 181, நார்த் உஸ்மான் ரோடு, தி. நகர், சென்னை-600 017
Branch 83, மதுரை ரோடு, திருச்சிராப்பள்ளி-620 008 போன் : 28892

Maadhyam/96/1075

விடுமுறையில்... வேலை

அப்பாடா! பரீட்சை முடிந்துவிட்டது. இரண்டு மாதம் ஃப்ரீ. சிலருக்கு இரண்டு மாதத்துக்கும் மேலேயே... என்ன செய்யலாம் இந்த வருட லீவில்? எப்போதும் போல... நன்றாகத் தூங்கி எட்டு மணிக்கு எழுந்து நிதானமாகக் குளித்து, சாப்பிட்டு, டீ.வி. பார்த்து... கழித்துவிடலாமா?

வேண்டாம். இந்த வருடம் கொஞ்சம் வித்தியாசமாக இருக்

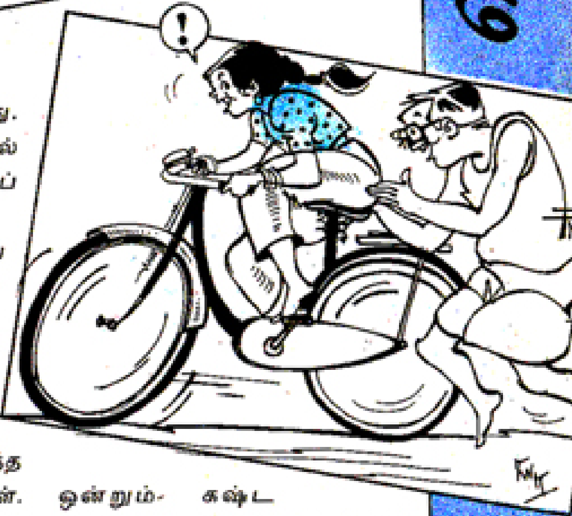


கட்டுமே! இருக்கப் போகிறது. உறுதியாக முடிவு செய்து விட்டீர்களல்லவா, எல்லோரையும் ஆச்சரியப்படுத்தப் போகிறீர்கள் பாருங்கள்.

முதலில் சில விஷயங்கள் இளையவர்களுக்கு - எந்த வேலையும் இழிவானது இல்லை. நம் வேலையை நாமே செய்து கொள்கிறோம் என்பது பெருமைப்படக் கூடிய விஷயமே தவிர, அதில் எந்த விதமான கேவலமும் இல்லை. இரண்டாவது, நாம் பழகிக் கொள்ளும் எந்த வேலையும் வேஸ்ட் என்று நினைக்காதீர்கள். நீங்கள் பெரிய கம்ப்யூட்டர் இன்ஜினியராக இருந்தாலும் திருமணத்திற்குப் பிறகு வீட்டையும் கணவனோடு சேர்ந்து பராமரிக்கப் போவது நீங்கள்தான். மூன்றாவது - எடுத்துக் கொள்வது எந்த வேலையாக இருந்தாலும், செய்வதை நேர்த்தியாக, நறுவிசாகச் செய்தால் தனி அழகு வந்துவிடும். தாய்மார்களுக்கு - நீங்கள் இந்த இரண்டு மாதமும் கொஞ்சம் பொறுமையாக இருக்க வேண்டும்.

காலையில் வாசல் தெளித்துக் கோலம் போடப் போவது... நீங்களேதான். காலையில் ஐந்து மணிக்கு எழுந்து விடுங்களேன். சுத்தமாகப் பெருக்கி, தண்ணீர் சில இடங்களில் குளம் போல் ஊற்றிவிடாமல் - ஒரே மாதிரி தெளித்து, கோலமாவை சிந்தாமல், அள்ளிக் கொட்டாமல் வெள்ளிக்கம்பிகளை இழைத்த மாதிரி நேர்த்தியாய்க் கோலம் போட்டு - அட இவ்வளவு இருக்கிறதா இதில்? பழக்கமில்லாவிட்டால் இன்றிலிருந்து பழகிக் கொள்ளுங்களேன்.

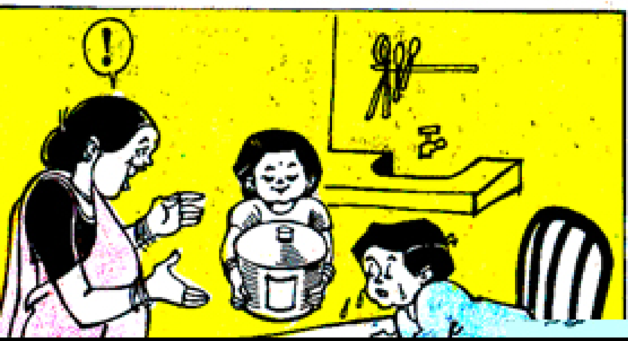
அடுப்படி இந்த இரண்டு மாதங்களும் சமையல் உங்கள் கையில்தான். சமையல் செய்வது



ஒன்றும் கஷ்டமானதும் இல்லை, நாள் பூராவும் பெண்களை அடுப்படியில் அடைத்து வைக்கும் அளவு time consumingகும் இல்லை. கவனத்தோடும் ஆர்வத்தோடும் கற்றுக் கொண்டால் எளிதானதுதான். என்ன, பால் பொங்கி அடுப்பில் வழியும் வரை விட்டுவிட்டதற்காக அம்மா திட்டினாலோ, முதல்

நான்கு நாட்களுக்கு நீங்கள் செய்து வைக்கும் பதார்த்தத்தை என்ன என்று உங்கள் சகோதரர்கள் பட்டிமன்றம் வைத்து விவாதித்தாலோ வருத்தப்பட்டு அழக் கூடாது. இது நமக்குச் சரி வராது என்று விட்டுவிடக் கூடாது. பதினைந்தே நாட்களில் பாருங்களேன் பதினோரு மணிக்கெல்லாம் கச்சிதமாகச சமைத்து மூடி வைத்து, அடுப்பு துடைத்து, அடுப்படியைச் சுத்தம செய்து விடுவீர்கள். எவ்வளவு செய்வளவு சூட்சுமம் இருக்கிறது தெரியுமா? அதே போலத்தான் பல சரக்கும். என்னென்ன எவ்வளவு வாங்க வேண்டும் என்று கவனித்து மூளையில் பதிவு செய்து கொள்ளுங்கள். பின்னாளில் பயன்படும்.

பொங்கல் சமயத்தில் நிறைய பேர் வீட்டில் வீட்டையே தலைகீழாகப் புரட்டிச் சுத்தம் செய்வார்கள். இப்போது அதுமாதிரி ஒரு சம்மர் கிளீனிங் செய்தால் என்ன? ஜன்னல் கிரில் எல்லாம் கழுவித் துடைத்து,



ஷோ கேஸ் எடுத்துத் துடைத்து அழகாக அடுக்கி, ஸ்டோர் ரூம் அடுப்படி சாமான்களை வெயிலில் காய வைத்து, சம்படம், பாட்டில், டின்களை சோப்புத் தூள் போட்டுக் கழுவிக் காய வைத்து, ஷெல்ப்களுக்குப் புதிதாய்ப் பேப்பர் போட்டு அடுக்கலாம். புத்தக அலமாரி, துணிமணி வைக்கும் ஷெல்ப் எல்லாம் பிரித்து நறுவிசாக அடுக்கி,

நவநாகரீக நங்கை,
உமக்கு இன்று எந்த வண்ணச்சாயல் பாங்காகும் ?



இன்றைய நங்கை, சிலசமயம்
மென்மை வண்ணம், சிலசமயம் தீவிர
சிங்காரம். ஆனால் ஒருபோதும் அழகு
குன்றாது. அவளுக்கு நாங்கள்
வழங்குகிறோம் பெட்டல்ஸ்
மனங்கவரும் ரகங்களில் நெயில்
எனாமல் மற்றும் லிப்ஸ்டிக்.
மேக் அப் என்பது உங்கள் அழகுக்கு
அழகு சேர்ப்பதற்கேயாகும். வண்ணச்
சாயல்கள் உங்கள் எழிலை
எடுத்துக்காட்டும்.

PETALS

NAIL ENAMEL & LIP STICK



ஏனெனில் நவநாகரீக நங்கைக்கு எழில்கூட்டும் பல வண்ணச் சாயல்கள்.

ADVENTURE/

MARKETED BY: PETALS COSMETICS MARKETING PVT. LTD. PH: 022-872 1202 • FAX: 022-8748169

வது எளிது; ரெகரிங் செலவு மிகவும் குறைவு. ஒவ்வொரு முறை வெளியே போகும்போதும் பெட்ரோல் போட வேண்டியதில்லை; ஓடும்போது புகையைக் கக்கி சுற்றுப்புறச் சூழலை மாசுபடுத்துவதில்லை; வழியில் ரிப்பேர் ஆகிவிட்டதே என்று கையைப் பிசைந்து கொண்டு நிற்க வேண்டிய சூழ்நிலை ஏற்படாது - ஒன்றும் முடியாவிட்டால் தள்ளிக் கொண்டு வந்துவிடலாம். மிகச் சிறந்த உடற்பயிற்சி. கைனடிக் ஹோண்டா, டி.வி.எஸ்-50 ஆகியவைகளும் ஓட்டப் பழகிக் கொண்டால் நீண்ட தூரம் செல்லும்போது பயன்படுத்தலாம்.

தோட்டக்கலையில் ஈடுபாடு உள்ளவர்கள் தோட்டம் போடலாம். பெரிய விஸ்தாரமான தோட்டம் இருக்க வேண்டும் என்பதில்லை. மொட்டை மாடியில் பழத் தோட்டம், பால்கனியில் பூந்தோட்டம் என்று எவ்வளவு படிக்கிறோம். ஐயோ! இந்தத் தண்ணீர்ப் பஞ்சத்தில் தோட்டமா என்று கேட்காதீர்கள். எவ்வளவு தண்ணீர் கஷ்டம் வந்தாலும் முகம் கழுவவில்லையா, துணி துவைக்கவில்லையா, பாத்திரம் துலக்கவில்லையா, அரிசி களையவில்லையா, காய்கறி கழுவவில்லையா? வீட்டுத் தோட்டத்திற்கு இந்தத் தண்ணீரே போதுமானது. நீங்களும் பெரிய தோட்டக் கலை நிபுணராக இருக்க வேண்டும் என்பதில்லை. சிறிது ஆர்வமும் உழைப்பும் இருந்தால் போதும். ஒரு முருங்கையும் கறிவேப்பிலையும் உங்கள் கொல்லையில் உருவாக்கி விடுங்களேன். நீங்கள் திருமணமாகிப் போன பின்பும் உங்கள் வீட்டில் "அவள் வளர்த்தது" என்று சொல்வார்கள்.

எம்பிராய்டரி செய்வதில் விருப்பம் உள்ளவர்கள் அதில் ஏதாவது செய்யலாம். உங்கள் வீட்டு சோபா குஷன்களுக்கு ஒரு செட் கவர் அழகாக எம்பிராய்டரி செய்யுங்களேன். பார்ப்பவர்கள் அசர வேண்டும். தையல் கிளாஸில் சேரலாம். கவனத்தோடு கற்றால் கட்டாயம் உதவும். கராத்தே கற்றுக் கொள்ள விருப்பம் இருந்தால் கற்றுக் கொள்ளலாம். ஆபத்து சமயத்தில் உதவும். வேலை, கேரியர் என்று அவற்றில் உறுதியாக இருப்பவர்கள் கம்ப்யூட்டர் கிளாஸில் சேரலாம். ஆனால் ஒன்று, எதைச் செய்தாலும் செய்வன திருந்தச் செய்ய வேண்டும். அதோடு, பாட்டு, வீணை என்று லீவு பினானாக வைத்து இறங்காதீர்கள். இவற்றிலெல்லாம் இரண்டு மாதத்தில் ஏதும் செய்ய முடியாது. நீண்ட பயிற்சியின் ஆரம்பமாக வேண்டுமானால் இருக்கலாம்.

இன்னும் எத்தனையோ! சொல்லிக் கொண்டே போகலாம். எத்தனை பேருக்கு பூக்கட்டத் தெரியும்? அது எத்தனை அழகான கலை தெரியுமா? அதில் எத்தனை விதங்கள் இருக்கின்றன தெரியுமா?

இன்று ஏட்டுக் கல்வி தேவையாகத்தான் இருக்கிறது. அதோடு வாழ்க்கைக் கல்வியும் நாம் கற்க வேண்டாமா? ஆகவே இன்று முடிவு எடுப்போம் - இனி ஒவ்வொரு கோடை விடுமுறையிலும் வாழ்க்கைக் கல்வி கற்போம் என்று.

- எஸ். கல்யாணி



விழாக்காலங்களில் ரூ.100/- வரை பரிசளிக்க விரும்புகிறீர்களா. அடி அகலமான கெட்டியான எவர்சில்வர் டம்ளர்கள் ரூ.10 விலையில் கிடைக்கிறது. அதில் 10 வாங்கி அவர்கள் பெயரும் வெட்டிக் கொடுத்து விடுங்கள். அவர்கள் வீட்டு சிறுசிறு விசேஷங்களுக்கு டம்ளர் தட்டுப்பாடே ஏற்படாது.

- - வி. ராதாகிருஷ்ணன்

காமினியும் காய்கறியும்



எங்கள் அண்டை வீட்டுப் பெண் காமினி உணவியல் துறையில் நிபுணி. அன்று அவள் வந்தபோது இரவு சமையலுக்குக் காய்கறிகளை நறுக்க உட்கார்ந்தேன் - அரிவாள்மணை, தண்ணீர் பாத்திரம் புடை சூழ.

"என்ன ஆன்ட்டி! ராத்திரி சமையலுக்கா?" என்றபடி உட்கார்ந்தாள்.

"ஆமாம் காமு! உட்கார்!" என்று வெண்டைக் காயை எடுத்தேன்.

"கொஞ்சம் இருங்க. கத்தரி, வெண்டை, தக்காளி இந்தக் காய்கறிச் செடிகளில்தான் ரசாயனப் பூச்சிக் கொல்லி மருந்துகள் அதிகம் உபயோகிக்கிறார்கள். அதனால் கொஞ்சம் உப்புத் தண்ணீரில் அலசி எடுத்து உபயோகிக்கலாமே" என்றாள்.

அப்படியே செய்தேன். மறுபடியும் காய்களை நறுக்க ஆரம்பிக்கும்போது, "தாத்தா ஊரிலிருந்து வந்திருக்காரா?" என்றாள்.

"இல்லையே! ஏன்?" என்றேன்.

"பின் எதற்குப் பல்லில்லாதவருக்குச் சமைப்பது போல நறுக்கணும்? கொஞ்சம் பெரிசாக, அதேசமயம் ஒரே மாதிரி நறுக்கினால் போதுமே. சூடு ஒரே அளவில் பரவும்" என்றாள்.

காய்கறிகளை நறுக்கியபின் அலம்பக் கூடாதாம். அப்படிச் செய்வதால் தண்ணீரில் கரையக் கூடிய வைட்டமின்கள், தாது உப்புக்கள் முதலியவை காயிலிருந்து வெளியேறி விடுமாம்.

"எப்படி இதைச் சமைப்பீர்கள்?" என்றாள்.

"குக்கரில் ஆவியில் வேக வைப்பேன், அல்லது கொஞ்சமாகத் தண்ணீர் தெளித்து வதக்குவேன்."

"யூ ஆர் கரெக்ட். அதிக நேரம் வேக வைத்தால் காய்கறியிலுள்ள தாவரக் கொழுப்பு மற்றும் குளோரோபில் வீணாகிவிடும். குறைந்த அளவு நீரைக் கொதிக்க வைத்து அதில் காய்கறிகளைப் போட்டு

வேக வைக்க வேண்டும். அதிகமான நீரில் வேக வைத்துத் தண்ணீரைக் கொட்டினால் சத்துக்கள் அவ்வளவும் போய் விடும். கூடுமானவரை மேல் தோலுடன் காய்கறிகளைச் சமைக்க வேண்டும். காரட், உருளை முதலிய காய்கறிகள் (கிழங்குகள்) நேரடியாக மண்ணுடன் தொடர்பு உடையவை. அதனால் இவற்றின் தோலில் நிறைய சத்துக்கள் உள்ளன. வெள்ளரி, புடல், பூசணி இவற்றில் எக்கச்சக்கமான தாது உப்புக்கள் உள்ளன. இவற்றைத் தண்ணீரில் போட்டு வேக வைப்பதானால் கூட தண்ணீர் கொதித்த பின் போட்டு வெந்தவுடன் எடுத்துவிட வேண்டும். இந்த நீரை (காய்கறி வேக வைத்த தண்ணீரை) சூப் தயாரிக்கவும், சப்பாத்தி, ரொட்டி இவற்றிற்கான மாவு பிசையவும் உபயோகிக்கலாம். பச்சைக் காய்கறிகள் சமைக்கும் போது முதல் சில நிமிடங்கள் மூடாமல் வைத்தால் காயின் பசுமை நிறம் மங்காது" என்று சிற்றுரை வழங்கினாள்!

அதற்குள் சாலட் செய்வதற்காக காரட்டை எடுத்தேன். பாய்ந்து அதைப் பிடுங்கி வைத்தாள் காமினி.

"சாலட் செய்வதானால் கடைசி நிமிடத்தில்தான் காய்கறிகளை நறுக்க வேண்டும். ஏனெனில் இந்தக் காய்கறிகளில் உள்ள வைட்டமின்கள் முக்கியமாக வைட்டமின் சி வெகு விரைவில் உணவுப் பொருளிலிருந்து ரசாயன மாறுதலடைந்து வெளியேறி விடுகிறது," என்றவள் தொடர்ந்து, "இந்த சாலட்டில் எலுமிச்சம் பழச் சாறு சேர்ப்பதுண்டா?" என்றாள்.

"ஓ! அது இல்லாவிட்டால் சாலட் ருசிக்குமா?" என்றேன்.

"அது ருசிக்கு மட்டுமல்ல ஆன்ட்டி. பச்சை, மஞ்சள் நிறமுள்ள காய்கறிகளில் வைட்ட மின் ஏ மற்றும் இரும்புச் சத்துக்களும் ஏராளமாக உள்ளன. இந்த இரும்புச் சத்திலிருந்துதான் ரத்த சிவப்பு அணுக்களுக்குத் தேவையான ஹீமோகுளோபின் கிடைக்கிறது. இந்த இரும்புச் சத்தை அதிகமாகக் கிரகிக்க வைட்டமின் சி உதவுகிறது. அதனால்தான் கீரை, காரட், கோஸ் இவற்றின் சாலட்களில் எலுமிச்சை சாறு சேர்ப்பது மிகவும் அவசியம்" என்று முத்தாய்ப்பு வைத்தாள் காமினி.

"அடடா! எத்தனை சமாசாரங்களில் காரண, காரியம் தெரியாமலே செய்து கொண்டிருக்கிறோம். ரொம்ப தாங்க்ஸ். அடிக்கடி இப்படி ஏதாவது விஷயங்கள் சொல் காமினி" என்றேன்.

"ஓகே! நான் வருகிறேன். நேரமாச்சு" என்று கிளம்பினாள் காமினி.

- கிருஷ்ணவேணி ரங்கநாதன்

சில சமயம் தேங்காய் இளம் காயாக இருக்கும். சட்னி செய்தால் வழவழவென்று நன்றாக இருக்காது. இளம் காயை மிக்ஸியில் சிறிது நீர்விட்டு அரைத்து வடிகட்டினால் திக்கான தேங்காய்ப் பால் கிடைக்கும். இந்தப் பாலை ஆப்ப மாவில் கலக்கலாம் அல்லது குருமாவுக்குப் போட வேண்டிய தேங்காயைத் தவிர்த்து விட்டு மசாலாவை அரைக்கவும். பின் இந்தப் பாலில் மசாலாவைக் கலந்து இதில் காய்கறிகளை வேக வைத்தால் குருமா ஏ ஒன்னாக இருக்கும்.

- பூர்ணிமா



பார்க் டவுன்
பெனிபிட் பண்ட் லிமிடெட்



மத்திய அரசால் அங்கீகரிக்கப்பட்ட நிதி நிறுவனம். துவக்கம் 1985 Post Box No: 2806

★ 223, தங்க சாலை, (கந்த கோட்டம் அருகில்) பார்க் டவுன்,
சென்னை-3 போன்: 5352676, 5354354

கிளை அலுவலகங்கள்:

★ திருவான்மியூர், 2, கிழக்கு மாடவீதி, சென்னை-41 போன் 413582, 416417

★ அண்ணாநகர், P-995, இரண்டாவது அவென்யு, 12-வது மெயின்ரோடு ஜங்ஷன், சென்னை-40 போன் 6262656, 6280750

★ தி.நகர், 3. ரங்கநாதன் தெரு. சென்னை-600 017. போன் : 4344319

★ அம்பத்தூர், 215 ,M.T.H, Road, பஸ் நிலையம்,சென்னை-53. போன்:6357725

★ கோடம்பாக்கம், 73 & 74. ஆற்காடு ரோடு,சென்னை-600 024. போன்:4846528

திருச்சி: CRYSTL PLAZA 22, நந்தி கோயில் தெரு. தெப்பக்குளம். திருச்சி-620 010

பிக்சட் டிபாசிட்

46 நாள்	90 நாள்	6 மாதம்	1 ஆண்டு	2 ஆண்டு	3 ஆண்டு	4 ஆண்டு	5 ஆண்டு ★
13%	14%	15%	17%	18%	18.5%	19%	20%

கனகதாரா டிபாசிட்

ரூ.50,000/-
முதலீடு செய்வீர்
10ஆம் ஆண்டு முடிவில்
ரூ.50,000/- பெறுவீர்
அடுத்த 20ஆம் ஆண்டு
முடிவில்
ரூ.1 கோடி பெறுவீர்

21% 5 வருடங்கள் ரூ.50,000/- அதற்கு மேலும்

PB பாண்டு

முதலீடு	காலம்	திரும்பப் பெறும்தொகை
ரூ.25,000	60 மாதம்	ரூ.70,000

காமதேனு மாபெரும் திரும்பப் பெறும் திட்டம்

டிபாசிட் திட்டம் 15 ஆண்டுகள்	5-ம் ஆண்டு நீங்கள் பெறும் தொகை	10ம் ஆண்டு நீங்கள் பெறும் தொகை	15ம் ஆண்டு பெறும் தொகை
Rs.6,320	Rs.6,000	Rs.6,000	Rs.56,320

வெகுமதி முதலீட்டுத் திட்டம் - II

ரூ.3450/- செலுத்துவீர்.
252 மாதங்கள் நிறைவில்
ரூ.2 லட்சம் பெறுவீர்.

செல்வக்களஞ்சியம்

டிபாசிட்	காலம்	வருவாய்
Rs.7,500	15 Yrs	Rs.1,25,000
Rs.9,000		Rs.1,50,000

பொற்குவியல் திட்டம்

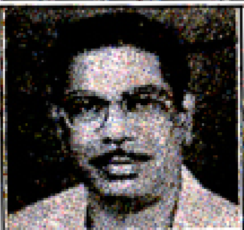
டிபாசிட்	காலம்	வருவாய்
மாதா மாதம் ரூ.100/-	25 Yrs	Rs.3,00,000

சேமிப்பு திட்டம் 10% P.a.

மறு முதலீட்டுத் திட்டம் !

உங்கள் தொகை 45 மாதங்களில் இரட்டிப்பு ஆகும்

டிபாசிட்	12 மாதம்	24 மாதம்	45 மாதம்	60 மாதம்
Rs.1,000	Rs.1,184	Rs.1,430	Rs.2,000	Rs.2,535



பென்ஷனர் நலத்திட்டம் 20% P.a.
குறைந்தது 10 ஆயிரம் அதற்கு மேலும்: காலம் 1 ஆண்டு
வயோதிகர், விதவைகள், ஊனமுற்றோர், கல்வி மற்றும் அறக்கட்டளை பயன் பெறலாம்.

தங்க நகை கடன்
Rs. 3,000 PER 10 GRAM
வீடுகளின் பேரில் கடன் வழங்கப்படும்.
(உச்ச வரம்பின்றி)

நிர்வாக இயக்குனர்:
Dr.P.பாலசுப்ரமணியம், B.Sc.
முதன்மை அறங்காவலர்
கந்தகோட்டம், சென்னை - 3.

இயக்குனர் குழுத் தலைவர்:
Dr.R. விவேகானந்தன், B.Com., M.B.A.

❒ ரூ.5/- செலுத்தி பங்குதாரர் ஆவீர். ❒ சேமிப்பே செழிப்புக்கு வழிகாட்டும் ❒ வெள்ளி விடுமுறை

தற்காலச் சமுதாயத்தின் சூழ்நிலையில் பெண்களுக்கு சட்டப் பாதுகாப்பும், சமூகப் பாதுகாப்பும் எந்த அளவு இருக்கின்றன என்பதைப் பற்றி இங்கே ஐந்து பெண்கள் கலந்துரையாடுகிறார்கள்—



• இந்திரா

பெண்ணுக்குத்



• சுகுமாரி



• விமலாரமணி

கலந்து கொண்டவர்கள்: திருமதி. சூர்யகுமாரி –அட்வகேட், திருமதி. சுகுமாரி சுப்பையன்-மனோசாந்தி கௌன்சிலிங் ஆலோசகர், திருமதி. இந்திரா கணேசன்– பல சமூக ஸ்தாபனங்களின் பொறுப்பாளர். திருமதி. லட்சுமி ராமசந்திரன் – குடும்பத் தலைவி, திருமதி. விமலா ரமணி–கதாசிரியர்.

விமலாரமணி:– இன்றைய சமுதாயத்தில் பெண்கள் எத்தனையோ முன்னேறி இருக்கிறார்கள் என்பது உண்மை. சமையல் செய்யும் பெண்களால் சரித்திரம் படைக்க முடியும் என்று நிருபித்து இருக்கிறார்கள். பெண்கள் அணுக முடியாது என்று நினைத்திருந்த துறைகள், உதாரணமாக ஆட்டோ, லாரி, பஸ் ஓட்டுநர்களாக, விளையாட்டுத் துறையில் தங்கம் குவிக்கும் தங்கமான சாதனையாளராக இருக்கிறார்கள். ஆனால் இத்தனை வெற்றிகளைப் பெற்ற பெண்ணுக்குச் சமுதாய, சட்ட பாதுகாப்பு இருக்கிறதா?

சூர்யகுமாரி:– சட்டத்தின் பாதுகாப்பு இருக்கிறது. ஹிந்து 'சக்ஷன் ஆக்ட்' பிரகாரம் பெண்களுக்குப் பூர்வசொத்தில் கூட சொத்துரிமை உண்டு. வரதட்சணை சமுதாயக் கொடுமை. பெண்களுக்கு ஆண்களைப் போல் சம உரிமை உண்டு– இப்படி சட்டப் பாதுகாப்பு இருந்தாலும் அவர்களுக்கு அதைப் பற்றிய விழிப்புணர்ச்சி முதலில் தேவை. அதற்கு எந்தச் சட்டமும் இயற்ற முடியாது.

இந்திரா:– சொத்துரிமை கொண்டாடி அண்ணன், தம்பி சண்டை போட்டால் ஒத்துக்கறாங்க. அதுவே ஒரு பெண் தன் பூர்வ சொத்துக்காக கோர்ட்டுக்குப் போனால் கேவலம். இதுதான் சமுதாயப் பார்வை.

லட்சுமி:– ஒரு பெண்ணை 18 வயது வரை பார்த்து, வளர்த்து, படிக்க வைத்து, அவள் கல்யாணச் செலவுகளை ஏற்று, அவளைப் புகுந்த வீட்டிற்கு அனுப்பி விட்டு பெற்றோர்கள் தங்கள் கடமை தீர்ந்தது என்று நினைக்கிற நேரத்தில், அந்தப் பெண் பாக்கி சொத்துக்காக 'கோர்ட்டில் வழக்காடுவது சரியா? மொத்த சொத்தின் மதிப்பே 50,000 ரூபாய் தான் இருக்கிற நிலையில், இதில் இவள் கல்யாணச் செலவுகளுக்கு 20,000 போனபின், பாக்கி இருக்கும் பணத்திலும் பங்கு கேட்பது தப்புத் தானே?

லட்சுமி:– அப்போ பெண்ணுக்குத் திருமணம் ஆவதற்கு முன்பே சொத்தைப் பிரிக்க வேண்டும். அப்போ குடும்பப் பாசம், சகோதர ஒற்றுமை இதெல்லாம் தொலைந்து போகும். நாளை அவளுக்குத் திருமணமானாலும் கணவனுடன் 'மனவேற்றுமை' என்று பிரிந்து போகும் வாய்ப்பு ஏற்பட்டால் இன்னும் கொடுமை.

சமூக பாதுகாப்பு இருக்கிறதா?





• சூர்யகுமாரி

சுகுமாரி:- நாங்கள் 'குடும்ப மையம்' வைத்து நடத்து கிறோம். ஆலோசனை மையம்- இதற்கு ஆலோசகர்கள், சட்ட நிபுணர்கள், காவல்துறை ஒத்துழைப்பு எல்லாம் உண்டு. மணவேற்றுமை காரணமாகப் பிரிந்து இருக்கும் கணவன், மனைவியை அழைத்துக் கருத்துக் கேட்கி றோம். தனித்தனி செஷன் வைத்து இரண்டு, மூன்று 'சிட்டிங்' அமர்ந்து அவர்கள் பிரச்சனை களைக் கேட்கிறோம். ஒருவருக்கொருவர் விட் டுக் கொடுத்து வாழ வேண்டிய அவசியத்தை வலியுறுத்துகிறோம். 'கூடி வாழ்ந்தால் கோடி நன்மை' என்பதைப் புரிய வைக்கிறோம்.

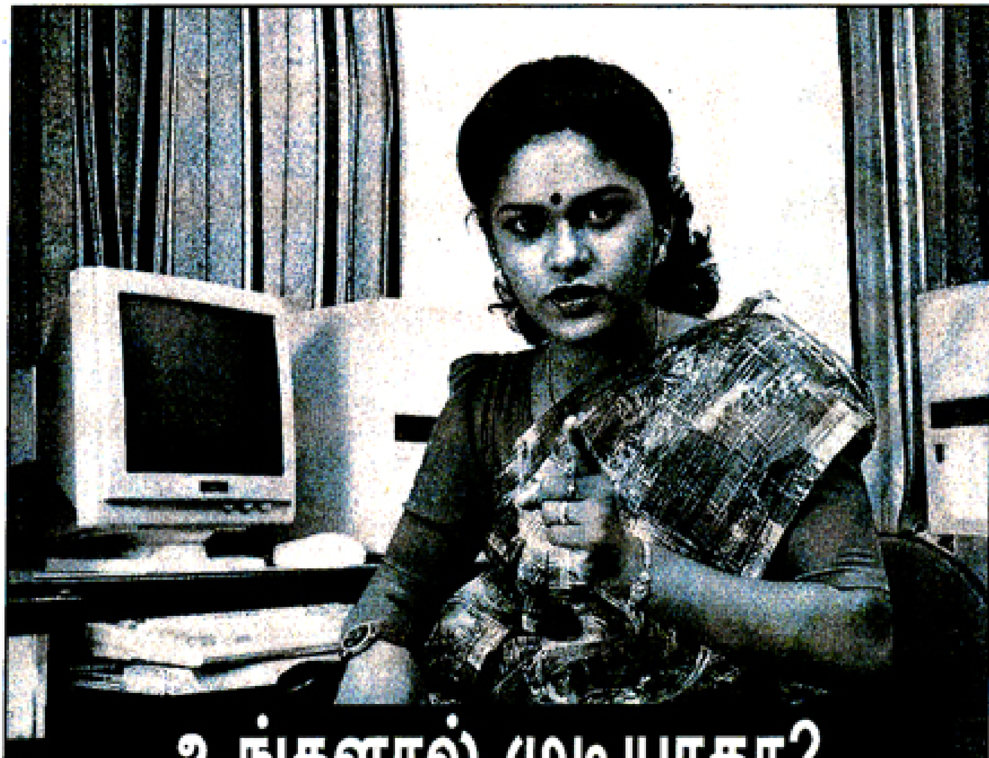
லட்சுமி:- (இடைமறித்து) இதை நான் ஒப் புக் கொள்ள மாட்டேன். அந்தப் பெண் எத் தனையோ இன்னல்பட்டு, இடர்பட்டுத்தான் கடைசியில் வேறு வழியின்றி 'கௌன்சிலிங்' கிற்கு வருகிறாள். எந்தப் பெண்ணும், எடுத்தவு டன் கோர்ட்டுக்கோ, ஆலோசனை மையத் துக்கோ வரமாட்டாள். அப்படி வருகிறவர்கள் இனியாவது தனக்கு விடிவு கிடைக்காதா என்று அடைக்கலம் தேடி வருகிறாள். அவளை இணைந்து வாழச் சொல்லி கட்டா யப்படுத்துவது மறுபடியும் அவளை அதே சாக் கடைக்குள் தள்ளுவது போல் ஆகும்.

சுகுமாரி:- அப்படி இல்லை லட்சுமி. நாங் கள் இருதரப்பு வாதங்களையும் கேட்கிறோம். இருவரையும் ஒருவருக்கொருவர் அனுசரித்துப் போகச் சொல்கிறோம். அவர்கள் குடும்பச் சூழ்நிலை தெரிந்து கொள்ள 'ஹவுஸ் விசிட்ஸ்' செய்கிறோம். "வி ஆர் கிவ்விங் தெம் சான்ஸ்."

விமலாரமணி:- எந்த நிலையிலும் ஒரு பெண் தன் காலில் நிற்கப் பழகிக் கொள்வது அவளுடைய எதிர்காலத்திற்கு வளமை சேர்க் கும். பெண்ணே எல்லாவற்றையும் சகிக்கப் பழகிக் கொள்ள வேண்டும் என்ற கண்ணோட் டம் மாற வேண்டும். தன் கணவனை இவள் சகித்துக் கொள்வது ஒன்று போதாதா? (சிரிப்பு)

இந்திரா:- பக்கத்து வீட்டில் புது டி.வி. வாங்கினால் அதைப் போல வாங்க ஆசைப் படுகிறோம். லேடீஸ் கிளப்பில் யாராவது புது டிசைன் புடைவை உடுத்தி இருந்தால், அதைப் பற்றி விசாரித்து அதை எப்படியாவது நாமும் வாங்கிவிட வேண்டும் என்று நினைக்கிறோம். ஆனால் சமுதாயத்தில் ஒரு புது கருத்தைச் சொன்னால், உடனே அதை நாம் ஏற்ப தில்லை. அதைப் பற்றி அக்கறை காட்டுவ தில்லை. இந்த நிலை மாறினால் பெண்ணுக் குப் பெருமை சேரும்.

சூர்யகுமாரி:- விழிப்புணர்வு தேவை. பெண்ணின் கொத்தடிமைத் தனம் மாற வேண்டும். ஆணாதிக்க சமுதாயத்திலிருந்து அவள் விடுபட வேண்டும் என்கிற புதுமைக் கருத்துக்கள் சமுதாயத்தில் நிலவிக் கொண்டு தான் இருக்கிறது. ஆனால் இவள் தன் உரிமை யைக் கேட்கக்கூட பயப்படுகிறாள். கோர்ட் டுக்குப் போனால் கேவலம் என்று நினைக் கிறாள்.



உங்களால் முடியாதா?

"கம்ப்யூட்டர் கற்றுக் கொண்டால் உடனே வேலை கிடைக்குமென்று எல்லோரும் சொல்கிறார்களே" என்று ஒரு கம்ப்யூட்டர் இன்ஸ்டிட்யூட்டில் சேர்ந்தேன். பயிற்சி முறை முற்றிலும் இங்கிலீஷிலேயே இருந்ததால் எனக்கு எதுவுமே புரியவில்லை.

"தமிழ் மீடியத்தில் படித்த உன்னால் கம்ப்யூட்டர் பயிற்சி பெற முடியாதுன்னு சொன்னேனே கேட்டியா, உனக்கு ஏன் இந்த வீண் வேலை" என்று எனது உறவினர்களும், தோழிகளும் கிண்டலாகப் பேசினார்கள்.

எடுத்துக் கொண்ட முயற்சியை வெற்றிகரமாக முடித்தே தீரவேண்டும் என்ற உறுதியுடன் விவேகானந்தாவில் சேர்ந்து இங்கிலீஷ் கற்றுக் கொள்ளத் தொடங்கினேன். ஆர்வமும், முயற்சியும் இருந்தால் ஆங்கில மொழியை எளிதாகக் கற்று கொள்ள முடியும் என்பதை விவேகானந்தாவின் முறையான பயிற்சி உறுதி செய்தது.

ஆம்! விவேகானந்தாவின் பயிற்சியின் உதவியால் கம்ப்யூட்டர் பயிற்சியை வெற்றிகரமாக நிறைவு செய்த நான் இப்பொழுது ஒரு நிறுவனத்தில் 'கம்ப்யூட்டர் புரோக்கிராமராகப்' பணியாற்றி வருகிறேன்."

V. Priya
Computer Programmer
Saffron Systems & Services

கடந்த 15 ஆண்டுகளில் 5 லட்சத்திற்கும் மேற்பட்டவர்கள் விவேகானந்தாவின் ஆங்கிலப் பயிற்சியில் சேர்ந்து பயனடைந்துள்ளனர். நீங்களும் வீட்டிலிருந்தபடியே ஓய்வு நேரத்தில் தபால்மூலம் சுலபமாக இங்கிலீஷ் கற்றுக் கொள்ளுங்கள். சரளமாகப் பேசத் தொடங்குங்கள்.

நேர்முகப் பயிற்சி மையங்கள்:- <u>சென்னை:</u> 9, மேட்லி ரோடு, தி.நகர், சென்னை-17. ★ 18, ராமசாமி தெரு, மேற்கு தாம்பரம், சென்னை-45. ★ 30, மேடவாக்கம் டாங்க் ரோடு, கீழ்பாக்கம், சென்னை-10. <u>திருநெல்வேலி:</u> 16A, திருச்செந்தூர் ரோடு, முருகன் குறிச்சி, திருநெல்வேலி-2. <u>திருச்சி:</u> சோழன் டவர்ஸ், சிந்தாமணி, (E.R. ஸ்கூல் எதிரில்) திருச்சி-2.



விவேகானந்தாவின் ஹை-பவர் இங்கிலீஷ் கோர்ஸ் விவரம்

LEVEL-1 (அடிப்படை ஆங்கிலம்) — ABCD யிலிருந்து தொடங்கி ஆங்கில வார்த்தைகளை எழுத, படிக்க எளிய முறையில் பயிற்சி பெறலாம். கட்டணம் ரூ.120/- மட்டுமே.

LEVEL-2 (இலக்கணப் பயிற்சி) — ஆங்கில இலக்கணத்தை முழுமையாகக் கற்றுக் கொண்டு, பிழையின்றி கடிதங்கள், கட்டுரைகள் எழுத முறையான பயிற்சி பெறலாம். கட்டணம் ரூ.140/- மட்டுமே.

LEVEL-3 ('ஸ்போக்கன்' இங்கிலீஷ்) — எந்தச் சூழ்நிலையாக இருந்தாலும் தயக்கமின்றிச் சரளமாகப் பேச நவீன முறையில் பயிற்சி பெறலாம். கட்டணம் ரூ.170/- மட்டுமே.

LEVEL-2&3 — இரண்டு பிரிவுகளிலும் சேர்ந்து பயிற்சி பெற ரூ.270/- மட்டும் செலுத்தினால் போதும்.

LEVEL-1,2&3 — LEVEL 1,2&3 மூன்று பிரிவுகளிலும் சேர்ந்து பயிற்சி பெற ரூ.380/- மட்டும் செலுத்தினால் போதும்.

முன்பணம் அனுப்பத் தேவையில்லை. பாடங்களை V.P.P. யில் அனுப்புகிறோம். தபால்காரரிடம் பணத்தை செலுத்திப் பாடங்களை பெற்றுக் கொள்ளுங்கள்.

இக்கூப்பனை பூர்த்தி செய்து 15 நாட்களுக்குள் அனுப்புங்கள்

VIVEKANANDA INSTITUTE

MGM

9, நடேசன் தெரு, தி. நகர், சென்னை - 600 017.

நான் விவேகானந்தாவின் ஹைபவர் இங்கிலீஷ் கோர்ஸில் சேர விரும்புகிறேன். பாடங்களை V.P.P. யில் அனுப்புங்கள். தேவையான கட்டத்தில் ✓ குறியிடவும்.

- ☐ LEVEL-1 பாடங்களை அனுப்புங்கள் ரூ.[illegible]/- செலுத்திப் பெற்றுக்கொள்கிறேன்.
- ☐ LEVEL-2 பாடங்களை அனுப்புங்கள் ரூ.[illegible]/- செலுத்திப் பெற்றுக்கொள்கிறேன்.
- ☐ LEVEL-3 பாடங்களை அனுப்புங்கள் ரூ.[illegible]/- செலுத்திப் பெற்றுக்கொள்கிறேன்.
- ☐ LEVEL-2&3 பாடங்களை அனுப்புங்கள் ரூ.[illegible]/- செலுத்திப் பெற்றுக்கொள்கிறேன்.
- ☐ LEVEL-1,2&3 பாடங்களை அனுப்புங்கள் ரூ.[illegible]/- செலுத்திப் பெற்றுக்கொள்கிறேன்.

பெயர் : ....

முகவரி : ....

....

....

....PIN........................

சேலம்: சென்ட்ரல் டாக்கீஸ் காம்ப்ளெக்ஸ், ஓமலூர் ரோடு, சேலம்-1. **ஹைதராபாத்:** 5A, வேணன் எஸ்டேட், அபீட்ஸ், ஹைதராபாத்-1.

விமலாரமணி:- உண்மைதான். தன் உரிமைகளைக் கூட இவளுக்கு அதட்டியோ, தட்டியோ கேட்கத் தெரியாது. சத்தியத்தைக்கூட சத்தம் போட்டுச் சொல்வது அசாத்தியம். அன்பாகத்தான் கேட்பாள். அதனால்தான் பெண்மைக்குள் மென்மை வைத்தான் ஆண்டவன்.

சூர்யகுமாரி:- கேட்கணும்... தட்டிக் கேட்கணும்... சத்தம் போட்டுக் கேட்கணும். 125 - குற்றவியல் சட்டப்படி ஒரு பெண்ணுக்கு ஜீவனாம்சம் அதிக பட்சம் மாதம் ரூ.500/- என்று நிர்ணயித்து இருக்கிறார்கள். அது அந்தக் காலத்தில், பிரிட்டிஷ் காலத்தில் ஏற்படுத்தப் பட்ட சட்டம். இன்றைய சமுதாயச் சூழ் நிலையில் அந்தப் பெண்ணுக்கு குழந்தை வேறு இருந்தால் இந்த 500 ரூபாயில் எப்படி குப்பை கொட்ட முடியும்?

விமலாரமணி:- குப்பைதான் கொட்ட முடியும்! அது சரி இந்த 500 ரூபாயை அவன் மாதா மாதம் சரியாக அடைத்து விடுவானா?

சூர்யகுமாரி:- அதைத்தான் சொல்ல வருகிறேன். இந்தப் பணத்தை அவன் கணவன் மாதா மாதம் கோர்ட்டில் கட்ட வேண்டும். அப்படி அவன் கட்டவில்லை என்றால் இந்தப் பெண் பெட்டிஷன் தரவேண்டும். காவல் துறை ஒத்துழைப்போடு கணவனின் கடமைகளை வலியுறுத்த வேண்டும். இல்லையென்றால் 'அரஸ்ட் வாரண்ட்' அனுப்ப வேண்டும். இத்தனை செய்ய நாட்களும் அதிகமாகும். அதற்கு வேறு பணம் செலவாகும். தவிர அதிக பட்சம் ரூ. 500/- சில கேஸ்களில் 300 ரூபாய்க்கும் பெண்கள் அல்லாடுவதை நான் பார்த்திருக்கிறேன்.

லட்சுமி:- இந்தக் கொடுமைகளிலிருந்து மீள என்னதான் வழி?

சூர்யகுமாரி:- சுப்ரீம் கோர்ட் இதற்கு வழி வகுக்க வேண்டும். பார்லிமெண்ட்டில் இதைப் பற்றி விவாதித்து 'அமெண்ட்மெண்ட்' கொண்டுவர வேண்டும்.

இந்திரா:- அதுமட்டுமில்லை. பேக்டரி ஆக்ட் பிரகாரம் பெண்களுக்குப் பேறு காலச் சலுகைகள் இருந்தால்கூட அந்த உதவிகள், சலுகைகள் அவர்களுக்குக் கிட்டுவதில்லை.

சூர்யகுமாரி:- உண்மைதான். மேனேஜ்மெண்ட்டை எதிர்த்துக் கொண்டு இவர்கள் உரிமைக்குரல் எழுப்ப முடியாத காரணத்தினால், இவள் குரல் ஒடுங்கிப் போகிறது. அல்லது ஒடுக்கப்படுகிறது.

சுகுமாரி:- ஆமாங்க. இதே போல்தான் 'லேபர் ஆக்ட்' சட்டப்படி ஷாப் சட்டப்படி யார் நடக்கிறார்கள்? 'சைல்ட் லேபரை'ப் பற்றி அனைவருக்கும் தெரியும். ஆனால் ஹோட்டல்களில், பேக்டரிகளில், பெட்டிக் கடைகளில், சைக்கிள் கடைகளில், சிறுவர்கள் தான்

வேலைக்கு அமர்த்தப்படுகிறார்கள். நாம் அனைவரும் இதைப் பார்த்துக் கொண்டே தான், மறைமுகமாக அனுமதிக்கிறோம்.

லட்சுமி:– ஒரு பெண்ணுக்கு வாழ்க்கையில் செக்யூரிட்டி இல்லை. கணவனின் பாதுகாப்பு இல்லை. இந்தச் சூழ்நிலையில் அவள் கூலி வேலைக்குப் போகிறாள். உரிமைக் குரல் எழுப்பினால் தன் வேலைக்குப் பாதுகாப்பு இல்லாமல் போய் விடும் என்ற பயத்தில் அவள் உரிமைகளைக் கோருவதில்லை. குழந்தைகளையும் வேலைக்கு அனுப்பக் காரணம் குடும்ப வறுமைதான்.

சூர்யகுமாரி:– பெண் கொத்தனார்கள் இருக்கிறார்கள். வேலூரில் நகராட்சி மையம் ஒன்றினை அவர்களே கட்டி இருக்கிறார்கள்.

இந்திரா:– இங்கு கூட மனித வள மேம்பாட்டுக் கழகம் மூலம் பெண் கொத்தனார்களுக்குப் பயிற்சி தருகிறார்கள். ஆனால் அது வெற்றி அடையவில்லைல.

லட்சுமி:– எப்படி அடையும்? நாம்தான் இதற்குக் காரணம். பெண் கொத்தனார்கள் சரியாகக் கட்டுவார்களா? கட்டிடம் கோணலாகப் போய்விடுமோ? என்றெல்லாம் நமக்குப் பயம். நாம்தான் துணிந்து அவர்களிடம் பொறுப்புகளை ஒப்படைப்பது இல்லை. புதுமை என்ற ஒன்றினை வரவேற்றால்தான் அந்தக் கருத்து மென்மேலும் பரவும்.

விமலாரமணி:– போலீஸ் அதிகாரி திலகவதி ஐ.பி.எஸ். கொடுத்த பேட்டி ஒன்று நினைவுக்கு வருகிறது. பெண்கள் இந்தத் துறைக்குத் தான் லாயக்கு என்று இவர்களாகவே ஒரு நியதி வகுத்துக் கொண்டு விட்டார்கள். பெண் போலீஸ் என்று எழுதுகிறார்கள். ஆண் போலீஸ் என்று எழுதுவதில்லை. எல்லாத் துறைகளிலும் எல்லோரும் சிறப்பாகப் பணி புரிய முடியும் என்று கூறியிருக்கிறார்.

சுகுமாரி:– உண்மைதான். ஒரு பிரச்னை என்று வரும்போது லேடி அட்வகேட்டிடம் நாம் மனம் திறந்து பேசுவது போல், ஆண் வழக்கறிஞர்களிடம் பேச முடியாது இல்லையா?

இந்திரா:– பெண்கள் கேவலமாகச் சித்தரிக்கப்படும் சினிமாக்கள், கதைகள்தான் இன்று அதிகம்.

லட்சுமி:– வீட்டு வேலைகளைப் பெண்தான் செய்ய வேண்டும். ஆண் படிக்கிறான். பெண் வீட்டு வேலை செய்கிறாள்– என்கிற மனோபாவம் தான் இன்னமும் நம்மிடையே இருக்கிறது. இதைப் பெற்றோர்கள்தான் மாற்ற வேண்டும். சாப்பிட்ட தட்டைக் கழுவுவது கூட மகனோ, மகளோ அவரவர் தட்டை அவரவர்தான் கழுவ வேண்டும் என பேதம் பார்க்காமல் சொல்ல வேண்டும்.

சுகுமாரி:– எங்கே. இந்தக் காலக் குழந்தைங்க சாப்பிடறதே டி.வி.க்கு முன்னால தானே? தட்டு காய்ஞ்சு போற வரை டிவியைப் பார்த்துட்டே உட்கார்ந்திட்டு இருக்காங்க.

இந்திரா:– இந்த விஷுவல் மீடியாக்களில் இன்னொரு தொந்திரவு. ஏதோ நடுநடுவே பெண்ணின் பெருமைக்கு 'கேப்ஷன்' போடுகிறார்கள். ஆனால் தாலியைக் கண்ணில் ஒற்றிக் கொள்வதும், முதலிரவன்று கணவன் காலில் விழுவதும், வீட்டில் மாமியார், மாமனாரைக் கண்டால் தலையில் முக்காடு போட்டுக் கொள்வதும்– இதெல்லாம் தான் பெண்மையா? எனக்குப் புரியவில்லை!

விமலாரமணி:– என்று இப்படிச் சொல்லிட்டீங்க? சினிமாக்களிலே தாய்மார்கள் கதறி அழுவதற்கென்றே இரண்டு, மூன்று 'சென்டிமெண்ட்' சீன் வைத்திருக்கிறார்கள். அதில் ஒன்று தாலி, இன்னொன்று தாய்மை, அடுத்தது சகோதரி பாசம். 'பாசமலரில்' குளமான கண்கள், இன்னும் வற்றவில்லை. (சிரிப்பு)

இந்திரா:– பள்ளிகளில் அடிக்கடி நல்ல நல்ல கருத்தரங்குகள் நடத்தி பெண்களுக்குத் தங்கள் உரிமை, புதுமையை எந்த அளவுக்கு வரவேற்க வேண்டும் என்கிற விழிப்புணர்ச்சியை ஏற்படுத்த வேண்டும்.

சூர்யகுமாரி:– தன் உரிமைகளைப் பற்றி அறிந்திருந்தும் பெண் அதை அமுல் படுத்த அக்கறை காட்டுவதில்லை. உதாரணமாக காதல் திருமணம் செய்து கொள்ள ஆண், பெண் இருவரும் வீட்டைவிட்டு ஓடி வந்து ஏதோ ஒரு கோவிலில் திருமணம் செய்து கொண்டு குடும்பம் நடத்த ஆரம்பித்து விடுகிறார்கள். நாளை அந்தக் கணவன் விட்டு விட்டுப் போய்விட்டால், இவன்தான் என் கணவன் என்பதை நிரூபிக்க இவளுக்கு எந்த

டெலிபோனில் மணக்க மணக்க பேச வேண்டுமா? சிறிது பஞ்சில் 'சென்ட்'டை எடுத்து டெலிபோன் பேசும் வாய்ப்புறம் தடவி விடுங்கள். பிறகென்ன? மணக்க மணக்க மணிக்கணக்கில் பேசித் தள்ள வேண்டியது தான்!

– ஜெயா



ஆதாரமும் கிடையாது. அதனால் முறைப்படி 'பதிவுத் திருமணம்' செய்து கொள்ள வேண்டியது முக்கியம்.

விமலாரமணி:– சினிமாவாக இருந்தால் 'உன் வாயாலேயே நான் உன் மனைவி' என்பதைக் கூற வைக்கிறேன் என்று சவால் விடச் செய்து 'இன்டர்வெல்' விட்டு, க்ளைமேக்ஸில் கணவனை அப்படிப் பேசவைக்கலாம். ஆனால், நடைமுறையில் சாத்தியமில்லையே!

இந்திரா:– இதே போல்தான் மைனர் பெண்களைக் கடத்திப் போய் திருமணம் செய்து கொண்டு விடுகிறார்கள். அப்படியே அவர்கள் பிடிபட்டாலும், மிகக் குறைவான தண்டனை, அபராதம் விதிக்கப்படுகிறது. அவர்கள் அதைச் செலுத்திவிட்டு, அடுத்த பெண்ணை கடத்தப் போய் விடுகிறார்கள்! இந்த மாதிரி குற்றங்களுக்குச் சட்டத்தில் கடுமையான தண்டனை விதிக்கப்பட வேண்டும். அது மட்டுமல்ல... ஹோட்டல்களில் 'ரெய்டு' நடந்தால், பெண்களைத்தான் போலீஸ் பிடிக்கிறது. அந்தக் குற்றத்திற்கு ஆணும் உடந்தை. ஆனால், அவனுக்குத் தண்டனை கிடையாது! இது ரொம்ப அநியாயம். ஆண்களுக்கும் கடுமையான தண்டனை தரப்படவேண்டும்.

சூர்யகுமாரி:– இதே போல்தான், போலீஸ் ஸ்டேஷனில் மாலை 6 மணிக்கு மேல் பெண்களை வைத்திருக்கக் கூடாது என்பது சட்டம். இந்தச் சட்டம் எத்தனை பேருக்குத் தெரியும் என்பது தெரியவில்லை. அப்படித் தெரிந்தாலும் அதைச் சொல்ல இவர்களுக்குத் தைரியம் இல்லை.

விமலாரமணி:– ஒட்டன் சத்திரம், பழனி போன்ற இடங்களில் நடக்கும் புதுவித மோசடிகளைப் பற்றி பிரபலமான மேகசின் ஒன்றில் படித்தேன். மகன் பதிவுத் திருமணம் செய்து கொள்கிறான். அப்போது கையெழுத்துப் போடும் போது மனைவி இல்லாத தன் தந்தையை மணமகன் என்ற இடத்திலும், தன்னை சாட்சிக் கையெழுத்துப் போடுபவர் இடத்திலும் மாற்றிப் போட்டு, பதிவு செய்கிறான். பிற்காலத்தில் ஏதாவது சட்ட சிக்கல் வந்தால், அல்லது இவனே இரண்டாவது திருமணம் செய்து கொள்ள விரும்பினால், அவன் மனைவி சட்டப்படி அவன் மனைவி அல்ல! அவன் அப்பாவின் மனைவி! இது எப்படி இருக்கு?

இந்திரா:– இதற்குப் பெண்களுக்குக் கல்வி அறிவு முக்கியம். சமுதாயத்தில் தன் நிலை, தன் பங்கு இவைகளை அவர்களை முழுமையாக அறிந்திருக்கச் செய்ய வேண்டும்.

சுகுமாரி:– காவல் துறையும், நீதித் துறையும் சொந்த விருப்பு, வெறுப்புகளை ஒதுக்கிவிட்டு, பெண்களுக்கு நியாயமான நீதியை வழங்க வேண்டும். பெண்ணும் சட்டம் பற்றி கேட்டுத் தெரிந்து கொள்ள முயலவேண்டும். கிராமம், கிராமமாக, ஏரியா, ஏரியாவாக குழுக்களை உருவாக்கி, பெண்களுக்குச் சட்டப்பூர்வமான அறிவு, சமுதாய விழிப்புணர்ச்சி இவைகளைப் பற்றிய சரியான கண்ணோட்டத்தைத் தர சமூக நல ஸ்தாபனங்கள், பெண்கள் சங்கங்கள் முன் வரவேண்டும்.

சூர்யகுமாரி:– 'சின்னாம்பதி' வழக்கில், நீதிபதி பானுமதி கமிஷனின் மூலம், நாங்கள் பாதிக்கப்பட்ட பெண்களுக்கு, இரண்டு லட்ச ரூபாய் நஷ்டஈடு போராடிப் பெற்றுத் தந்தோம். இது பெண் வெற்றியின் ஒரு மைல் கல்... நீதிக்கும், பெண்மைக்கும் கிடைத்த பெருமை.

விமலாரமணி:– உண்மைதான். பெண்கள் அனைவரும் கண்ணகி மாதிரி நீதிக்காக கையில் ஒற்றைச் சிலம்பேந்தி அரசனிடம் போய் வாதாட முடியாது. மதுரையை எரிக்கவும் முடியாது. ஆனால், பெண்மைக்குள் இன்று விழிப் புணர்வு சிந்தனை அக்னியாக சுடர்விட்டுக் கொண்டிருக்கின்றன. இதைச் சரியாக பத்திரிகைகள், சமூக அமைப்புகள், சமூகப் பொறுப்புணர்வு உள்ளவர்கள் வழி நடத்தினால் நல்லதொரு எதிர்காலம் கிடைக்கும் என்பதில் சந்தேகம் இல்லை.

கருத்து, தொகுப்பு : **விமலாரமணி**

பஜ்ஜி தோசை :

ஒரு டம்ளர் கடலை மாவு, ஒரு கரண்டி அரிசி மாவு போட்டு, கரைத்து இஞ்சி, பச்சை மிளகாய், வெங்காயம், கொத்துமல்லி, கறிவேப்பிலை பொடியாக நறுக்கி, கலந்து, உப்பு சேர்த்து தோசை வார்த்தேன். குழந்தைகள் பஜ்ஜி தோசை என்று விரும்பிச் சாப்பிட்டார்கள்.

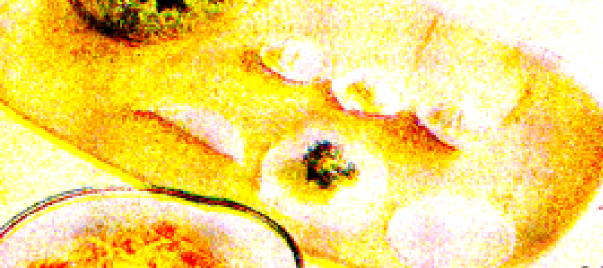
– ஜெயந்தி சுந்தர்



கோதுமையே கோதுமை



• சேமியா சீஸ் பால்ஸ்





• கிரீம்பால், பாலைக் கீரை டார்ட்லெட்ஸ்

கோதுமை ஆதிநாளில் இருந்தே மருத்துவப் பொருளாக மட்டுமே பயன்படுத்தப்பட்டு வந்தது என்று 'அகத்தியர் குணபாடம்' என்கிற நூல் கூறுகிறது.

கோதுமையை உரலில் இட்டு இடித்து, உமி நீக்கி, அரிசியாக்கி சோறு சமைத்து சாப்பிட தேகபலம், சுக்கிலம், பித்தம் ஆகியவற்றை வளர்ப்பதோடு வாத கோபத்தையும், பிரமேகத்தையும் நீக்கும் என்றும்,

கோதுமையை மாவாகத் திரித்து 'அடை' செய்து சாப்பிட்டு வந்தால், உடல் வன்மையும், உதிராக்கினியும், சுக்கில தாதுவும் அதிகரிக்கும்; சிலேத்தும கோபம் நீங்கும் என்றும் – அகத்தியர் குணபாடம் கூறுகிறது.

கோதுமை தானியத்தின் உட்பகுதி endosperm, Bran (தவிடு) மற்றும் Germ (முளை) என்ற மூன்று பாகங்களைக் கொண்டது. இந்தத் தவிடு மற்றும் முளை சத்து மிகுந்தது. தவிட்டில் நார்ச்சத்து, வைட்டமின்-B இருக்கிறது. முளையில் வைட்டமின்-E இருக்கிறது. மாவுச்சத்தும், புரதச்சத்தும் Endosperm-ல் இருக்கிறது. கோதுமை வெண்மையான மாவாகக் கிடைக்கும் போது அதில் இருக்கிற தவிட்டை வெளியே எடுத்து விடுவதால் நார்ச்சத்தை இழந்து விடுகிறோம். நார்ச்சத்து உணவில் இருப்பதால் மலச்சிக்கலில் இருந்து அது நம்மைக் காப்பாற்றுகிறது.

* முழு கோதுமை
உருளைக்கிழங்கு பொரியல்





கோதுமையில் இருந்து கிடைக்கும் பொருட்கள் :

கோதுமையை முழுசாக அரைத்தால் 'கோதுமை மாவு' கிடைக்கிறது. கோதுமையை இரண்டு, மூன்றாக உடைத்தால் கிடைப்பது தான் உடைத்த கோதுமை. இதை சம்பா கோதுமையில் இருந்து தயாரிக்கிறார்கள். இதில் நார்ச்சத்து இழப்பு இல்லை. கோதுமையின் மேலுறைகளை சுத்தம் செய்து பொடிப் பொடியாக உடைக்கப்பட்டு கிடைப்பது ரவை. கோதுமையின் தவிடு சுத்தமாக நீக்கப்பட்டு மைதா கிடைக்கிறது. இதில் நார்ச்சத்து சிறிதளவும் இல்லை. இது மட்டும் இல்லாமல் சேமியா, Noodles, Macaroni மற்றும் Spaghetti எல்லாம் கூட கோதுமையில் இருந்துதான் கிடைக்கிறது.

இத்தனை வகைவகையாகக் கிடைக்கிற கோதுமையில் இருந்து நாவுக்குச் சுவையாக, விதவிதமான பலகாரங்களைத் தயாரிக்கலாம். அவற்றில் சில :

முழு கோதுமை - அல்வா, சுண்டல்

உடைத்த கோதுமை (பெரியது) - பொங்கல், பிரியாணி, தக்காளி சாதம், புளி சாதம், சாம்பார் சாதம் மற்றும் பல வகையான கலவை சாதங்கள்.

சம்பா ரவை - உப்புமா, கேசரி, லட்டு, இட்லி, தோசை, அடை.

ரவை - புட்டு, பாயாசம், வடை, போளி, அப்பம் மற்றும் சிப்ஸ்.

கோதுமை மாவு - பூரி, சப்பாத்தி, ரொட்டி, லட்டு மற்றும் கொழுக்கட்டை.

மைதா - கேக், பிஸ்கட், ரொட்டி, பன், சோலா பூரி, பரோட்டா, சமோசா, சீடை, முறுக்கு, சேவை மற்றும் பாதுஷா.

* சைனீஸ் நூடுல்ஸ்



கோதுமை ஒரு உன்னதமான தானியம், கோதுமை மற்றும் கோதுமைப் பொருட்களில் நிறைய சத்துக்கள் உள்ளன. ஒரே அளவு கலோரி சத்து, அதிக அளவு புரதம், நார்ச்சத்து, கால்சியம், இரும்புச் சத்து, கொழுப்புச் சத்து மற்றும் வைட்டமின்-B எல்லாம் அரிசியை விட கோதுமை அதிகம் கொண்டுள்ளது. ஒருவேளையாவது கோதுமையை உணவில் சேர்த்துக் கொள்வது நல்லது.

வளரும் குழந்தைகளுக்கு :

சிறு குழந்தைகள் எப்போதும் கஞ்சி போன்ற இனிப்புகளை மிகவும் விரும்புவர். ஆனால் இவ் உணவு வகைகள் சத்துமிக்கதாக இருக்க வேண்டும். குழந்தைகளுக்கு ஏற்ற உணவு ARF என்கிற Anylase Rich Food இதுதான் முளை கட்டின கோதுமை மாவு ஆகும். இந்த மாவை தயாரிக்கும் முறை :

1. முதலில் நல்ல முழு கோதுமை மணிகளை தண்ணீரில் ஊறவைக்க வேண்டும்.

2. மெல்லிய ஈரத்துணியில் இந்த கோதுமையை பரப்பி ஒரு பெரிய பாத்திரத்தில் தண்ணீர் ஊற்றி ஒரு சிறு தட்டை கவிழ்த்து வைத்து அதன் மேல் இந்தத் துணியை வைக்க வேண்டும்.

3. இந்தத் துணியின் இரண்டு ஓரமும் பெரிய பாத்திரத்தில் இருக்கும் நீரில் மூழ்கிற அளவில் இருக்க வேண்டும். அப்போதுதான் அந்தத் துணி ஈரமாகவே இருக்கும்.

4. இந்த மாதிரி 3 நாட்கள் வைத்த பிறகு கோதுமையிலிருந்து பெரிய முளை வரும்.

5. ஒரு நாளைக்கு ஒரு தடவை பெரிய பாத்திரத்தில் இருக்கும் நீரை மாற்ற வேண்டும்.

6. 3 நாட்களுக்குப் பின் முளை கட்டிய கோதுமை மணிகளை வெயிலில் காயவைக்க வேண்டும்.

7. காய்ந்த பின் கோதுமை மணிகளை வாணலியில் இட்டு எண்ணெய் விடாமல் வறுக்க வேண்டும். இந்த மாதிரி செய்தால் முளையெல்லாம் தனியாக வந்து விடும்.

8. அதற்குப் பிறகு கோதுமையை முறத்தில் போட்டுப் புடைத்து கோதுமையை மட்டும் எடுத்து மாவாக அரைக்கவும். இதுவே ARF எனப்படும்.

இந்த ARF மாவில் கார்போஹைட்ரேட் சத்து, வைட்டமின் E சத்து, மற்றும் சுண்ணாம்புச் சத்து அதிகரிக்கிறது. அது மட்டுமின்றி ஜீரண சக்தியும் அதிகரிப்பதால் குழந்தைகளுக்கு இந்த மாவைக் கொண்டு லட்டு, கஞ்சி செய்து கொடுக்கலாம்.

இளம் கர்ப்பிணிப் பெண்கள் மற்றும் பாலூட்டும் தாய்மார்களுக்கு :

இவர்கள் தங்களுடைய உணவில் கோதுமையை சேர்ப்பதின் மூலம் புரதம், சுண்ணாம்புச்சத்து விட்டமின்-பி சத்துகள் கிடைக்கிறது. நார்ச்சத்து வாய்ந்த கோதுமை மலச்சிக்கலை தடுக்கும். இதனால் வயதானவர்கள், கர்ப்பிணிப் பெண்கள் மற்றும் இருதய நோயினால் அவதிப்படுபவர்களுக்கு ஏற்ற உணவு ஆகும். அது மட்டுமில்லாமல் குடல் புற்றுநோய் வராமல் தடுக்கும் சக்தி வாய்ந்தது.

விளையாட்டு வீரர்களுக்கு :

விளையாட்டு வீரர்கள் மற்றும் விளையாட்டுத் துறையில் ஈடுபட்டுள்ளவர் முழு கோதுமையில் தயாரித்த ரொட்டி, சேமியா, மக்ரோனி போன்ற பாஸ்டா வகைகளை உணவில் சேர்ப்பதினால் அவர்களுடைய அன்றாட தேவையான சக்தியில் 60-70% எளிதாக பெற முடிகிறது. மேற்கூறிய உணவு வகைகளில் இருக்கும் மாவுச்சத்து Glycogen ஆக மாற்றப்பட்டு தசைகளில் சேமித்து வைக்கப்படுகிறது. உடம்புக்கு தேவையான போது இந்த Gylcogen சக்தியாக மாறி உபயோகப்படுத்தப்படுகிறது. அதிக Gylcogen சேமிப்பு விளையாட்டு வீரர்களுக்கு மிகவும் அவசியம்.



ஜவ்வரிசி பாயஸம் செய்யும்பொழுது, அத்துடன் சிறிது வறுத்த ரவையையும் சேர்த்து செய்து பாருங்கள். சேர்த்தால் போஷ் இருப்பதுடன் நன்றாகவும், சுவையாகவும் இருக்கும்.

– ஆர். பாலா

எடையைக் கட்டுப்படுத்த நினைப்பவர்களுக்கு :

இவர்களுக்குக் கோதுமை ஒரு வரப்பிரசாதம். ஏனெனில் காம்ப்ளெக்ஸ் கார்போஹைட்ரேட்ஸ் நிறைந்த கோதுமை குறைந்த கலோரி மற்றும் கொழுப்புச் சத்து கொண்டது ஆகும். இதில் நார்ச்சத்து அதிகம் இருப்பதால் குறைந்த அளவே உண்டாலும் வயிறு நிறைந்த திருப்தியை இந்த கோதுமை உணவுப் பண்டங்கள் நமக்குக் கொடுக்கும். இதனால் அதிக அளவு சாப்பிடுவதால் எடை கூடுவதைத் தவிர்க்கலாம்.

சர்க்கரை நோயுள்ளவர்களுக்கு :

உணவுக் கட்டுப்பாடு இந்நோயாளிகளுக்கு மிக அவசியம். கோதுமை இரத்தத்திலுள்ள சர்க்கரை அளவை பெருமளவு குறைக்கிறது. அதோடு மட்டுமின்றி நோயாளியின் மருந்து மற்றும் இன்சுலின் அளவை அதிக அளவு குறைக்க வழிசெய்கிறது.

இருதய நோய்காரர்களுக்கு

இந் நோய் வருவதற்கு முக்கிய காரணம் இரத்தத்திலுள்ள அதிக அளவு கொழுப்புச் சத்தே. கோதுமையின் நார்ச்சத்து இதனை பெருமளவு குறைக்கிறது.

சப்பாத்தி, பூரி தவிர சில சுவையான கோதுமை உணவு வகைகள் :

Make your Money work for you with Sindhoori Deposit Schemes

Deposit Mobilisation Drive from 15.4.96

HIGHLIGHTS

- Free Master Health check-up at Apollo Hospitals
- Personal Accident coverage for the first named depositor
- Concessional terms on Car financing.
- Postdated interest warrants along with Deposit Receipt.
- Outstation repayments will be made by way of demand draft.
- Outstation cheques accepted at par.
- CARE Rated Company.

SCHEME I FIXED DEPOSITS

Period of deposit	Rate of Int. per annum	
	Monthly	Quarterly
12 months to 60 months	15%	15.19%

SCHEME II CUMULATIVE DEPOSIT

Period of Deposit	Maturity amount on every Rs. 3000/- of deposit	Effective Annual yield
1 Year	3,482	16.08%
2 Years	4,042	17.37%
3 Years	4,692	18.80%
4 Years	5,446	20.38%
5 Years	6,321	22.14%

For full text under Non-Banking Financial Companies & Miscellaneous Non-Banking Companies (Advertisement Rules 1977) refer advertisement released in the Trinity Mirror and Makkal Kural on 18-10-95.

OM SINDHOORI CAPITAL INVESTMENTS LTD.

A Part of the Apollo Hospitals Group

Registered Office: All Towers, 22, Greams Road, Madras - 600 006. Ph : 8233702.

Branch Offices : Unit No. 201, 2nd Floor, Commerce House, 9/1, Cunningham Road, Bangalore - 560 052. Ph : 2281529

Cochin - Ph. : 368401, Hyderabad - Ph. 316335

(Applications are also accepted at the offices of the various Managers to the Scheme)

Always Ask



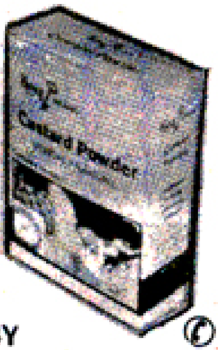
Key BRAND

ICE CREAM POWDER

CUSTARD POWDER

BAKING POWDER

JELLY CRYSTALS



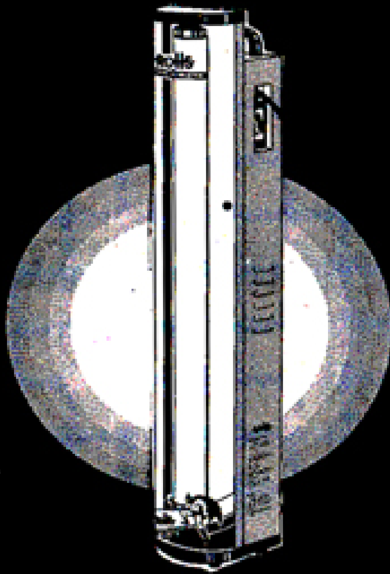
Unique Advtg. Ph:457428

MFD. BY © 452293

ROOPAM ENTERPRISES
MADRAS-600 035.

Rolls

EMERGENCY LIGHTS



இந்தியாவில் அதிகமாக
விற்பனையாகும்
எமர்ஜென்சி லைட்கள்

ROLLS APPLIANCES (P) LTD

32, 10th Street, Gandhipuram,
Coimbatore - 641 012.
Ph : (0422) 434638 Grams : ROLLS

Available at all leading Electrical and Appliances Shops

Dealers Enquiry Solicited in unrepresented areas

கிரீம்சாஸ் மற்றும் பசலைக்கீரை டார்டில்லானி

தேவையான பொருட்கள் :

மாவு தயார் செய்ய :

மைதா - 200 கிராம்,
வெண்ணெய் - 2 டீஸ்பூன்,
உப்பு - ½ தேக்கரண்டி.

கிரீம் சாஸ் செய்ய :

பால் - 200 மி.லி.
மைதா - 2 டேபிள் ஸ்பூன்
கிரீம் - 100 கிராம்,
பாலாடைக்கட்டி (சீஸ்) - 100 கிராம்,
வெண்ணெய் - 2 டீஸ்பூன்,
மிளகு - 1 டீஸ்பூன்,
உப்பு - தேவைக்கேற்ப.

பூரணத்திற்கு :

பசலைக் கீரை - ஒரு கட்டு,
பனீர் - 100 கிராம்,
பச்சை மிளகாய் - 2,
உப்பு - தேவைக்கேற்ப.

தக்காளி கிரேவி செய்ய :

பழுத்த தக்காளி - ½ கிலோ,
புதிய கிரீம் - 50 கிராம்,
சர்க்கரை - 4 டீஸ்பூன்,
மிளகாய்த்தூள் - ½ டீஸ்பூன்,
உப்பு - தேவைக்கேற்ப.

பேக் செய்ய :

பாலாடைக்கட்டி (துருவியது) - 50 கிராம்.

செய்முறை :

மாவு தயார் செய்ய :

நன்கு சலித்த மாவினை வெண்ணெயுடன் கலந்து பிறகு உப்பு சேர்த்து கட்டியில்லாமல் மாவாக பிசையவும்.

பூரணம் செய்ய :

பசலைக் கீரையைத் தண்ணீரில் வேக வைத்துத் தண்ணீர் வடித்து தனியாக எடுத்துக் கொள்ளவும். இதனுடன் பனீர், பச்சை மிளகாய் உப்பு சேர்க்கவும்.

கிரீம் சாஸ் செய்ய :

வெண்ணெயைச் சூடாக்கி, அதனுடன் மைதாவை சேர்த்து சிறிது நேரம் வறுத்தெடுக்கவும். இதனுடன் பால் மற்றும் 50 மி.லி. தண்ணீர் விட்டு சாஸ் கெட்டியாகும் வரை அடுப்பில் வைக்கவும். பின் பாலாடைக் கட்டி, உப்பு, கிரீம், மிளகுத்தூள் சேர்த்துத் தனியாக வைக்கவும்.

தக்காளி கிரேவி செய்ய :

தக்காளியை வேகவைத்து பின் மிக்ஸியில் அடித்து வடிகட்டவும். சர்க்கரை, உப்பு மற்றும் மிளகாய்த் தூள் சேர்த்து சிறு தீயில் 10 நிமிடம் கொதிக்க விடவும்.

பேக் செய்ய :

பிசைந்த மாவை 15 பகுதிகளாக பிரித்து இதை மெல்லிய பூரிகளாகத் திரட்டவும். ஒவ்வொரு பூரியிலும், சிறிதளவு பூரணத்தை வைத்து மூடவும். சிறிதளவு நீரில் ஒரு டேபிள் ஸ்பூன் எண்ணெய் விட்டு கொதிக்க விட்டு இதில் பூரிகளை இட்டு சிறிது நேரம் வேக விடவும். பின் பூரிகளை தனியாக எடுத்து வைக்கவும். ஒரு' பேக்கிங் டிரேயில் வெண்ணெய் தடவி அதில் கிரீம் சாஸ்ஸை தடவவும். அதன் மீது பூரிகளை வைத்து, கிரேவியை ஊற்றவும். மேலும் அதன் மீது இன்னொரு அடுக்காக பூரிகளை வைத்து கிரேவியை ஊற்றி வைக்கவும். பேக் செய்யுமுன் துருவிய பாலாடைக் கட்டியைத் தூவி ஓவனில் 230° C (அ) 450° Fல் 10 நிமிடங்களுக்கு பேக் செய்யவும்.

முழு கோதுமை உருளைகிழங்கு பொரியல்

முழு கோதுமை - ¼ ஆழாக்கு (50 கி) (வேகவைத்தது)
உருளைக் கிழங்கு - 50 கி (1) (வேகவைத்து அரிந்தது)
வெங்காயம் - 30 கி (1) அரிந்தது,
தக்காளி - 30 கி (1 பெரியது, அரிந்தது),
மிளகாய்த் தூள் - ½ தேக்கரண்டி,

இது மாங்காய் சீசன். மாங்காய்களை தேவைக்குப் பயன்படுத்தியபின் உள்ளிருக்கும் மாங்காய் கொட்டையினை வெது வெதுப்பான நீரில் பத்து நிமிடங்கள் ஊற வைத்து செப்பு, பித்தளைப் பாத்திரங்களைத் துலக்கினால் 'பளிச்சென்று' மின்னும்.

- அகிலா கோபால்



மஞ்சள் தூள் - ¼ தேக்கரண்டி,
மசாலா தூள் - ஒரு சிட்டிகை,
கடுகு - ½ டீஸ்பூன்,
உப்பு - 1 டீஸ்பூன்,
கறிவேப்பிலை - சிறிது.

வாணலியில் எண்ணெய் விட்டு சூடான பின் கடுகைப் போட்டுத் தாளிக்கவும். அதன் பின் உடைத்த உளுத்தம் பருப்பை அதனுடன் சேர்க்கவும்.

வெங்காயம், தக்காளி, கறிவேப்பிலை சேர்த்து வதக்கவும். பின் அதனுடன் மஞ்சள், மிளகாய், மசாலா தூள் சேர்த்து நன்கு கிளற வும்.

¼ கப் அளவு தண்ணீர் சேர்த்து அது கொதித்த பின் வெந்த முழு கோதுமையை அதனுடன் சேர்க்கவும்.

தக்காளி வெந்தபின் உருளைக்கிழங்கை அதனுடன் சேர்த்துக் கலக்கவும். தண்ணீர் கண்டியபின் அடுப்பிலிருந்து இறக்கவும்.

அளவு : 5 நபர்களுக்கு.

சேமியா சீஸ்பால்ஸ்

தேவையான பொருட்கள் :
சேமியா - 100 கிராம்,
வெண்ணெய் - 2 டேபிள் ஸ்பூன்,
உப்பு - தேவைக்கேற்ப,

தக்காளி கிரேவி செய்ய :
தக்காளி - 1½ கிலோ,
வெங்காயம் - 100 கிராம்,
பச்சை மிளகாய் - 2,
சர்க்கரை - 3-4 டீஸ்பூன்,
வெண்ணெய்/நெய் - 2 டேபிள்ஸ்பூன்,
உப்பு - தேவைக்கேற்ப.

பாலாடைக் கட்டி உருண்டைகள் செய்ய :
பனீர் - 150 கிராம்,
ரொட்டித் துண்டு - 2,
தயிர் - 3 டேபிள்ஸ்பூன்,
மைதா - 6 டேபிள்ஸ்பூன்,
பச்சை மிளகாய் - 3,
கொத்துமல்லி - 1 டேபிள்ஸ்பூன்,
பேக்கிங் சோடா - ¼ டீஸ்பூன்,
நெய்/வனஸ்பதி - பொரிக்க,
சீஸ் (அலங்கரிக்க) - 3 டேபிள்ஸ்பூன்,
உப்பு - தேவைக்கேற்ப.

செய்முறை :

வெண்ணெயை ஒரு பாத்திரத்தில் உருக்கி, அதில் 375 மிலி தண்ணீர், சேமியா மற்றும் தேவையான அளவு உப்பு சேர்த்து சிறிது நேரம் வேகவிடவும். தண்ணீர் இறுத்து விட்டு எடுத்து வைக்கவும். பின் தக்காளியை பெரிய துண்டுகளாக வெட்டி, 125 மிலி. தண்ணீரில் வேகவைக்கவும். வெந்ததும், அதிலிருந்து கெட்டி தக்காளி சாற்றினை வடித்தெடுக்கவும். எண்ணெயைக் காயவிட்டு அதில் அரிந்த வெங்காயத்தை வதக்கியபின் கெட்டி தக்காளி சாறு, பச்சை மிளகாய், சர்க்கரை, உப்பு சேர்த்து 15 நிமிடங்களுக்கு கொதிக்க விடவும்.

ரொட்டித் துண்டுகளை தயிரில் 10 நிமி டங்களுக்கு ஊறவிடவும். பனீரைப் பொடித்து நன்கு பிசையவும். இதில் ஊறவைத்த ரொட் டித் துண்டுகள், கொத்துமல்லி, பச்சை மிளகாய், மைதா, சோடா மற்றும் உப்பு சேர்க்கவும். நன்கு பிசைந்து சிறு சிறு உருண் டைகளாக செய்து கொள்ளவும். இவ் உருண் டைகளை சூடான எண்ணெயில்/வனஸ்பதி யில் பொரித்தெடுக்கவும்.

பரிமாறும் முன் சேமியாவையும், சீஸ் உருண்டைகளையும் கொதிக்கும் தக்காளி கிரேவியில் சேர்க்கவும். சீஸ் துருவிப் போட்டு அலங்கரிக்கவும்.

சைனீஸ் நூடுல்ஸ்

நூடுல்ஸ் - 100 கிராம்,
முட்டைக்கோஸ் - 50 கிராம்,
குடைமிளகாய் - 50 கிராம்,
கேரட் - 50 கிராம்,
பீன்ஸ் - 50 கிராம்,
வெங்காயத்தூள் - 100 கிராம்,
பச்சை மிளகாய் - 6,
இஞ்சி - 1 துண்டு,
பூண்டு - 10 பற்கள்,
சர்க்கரை - அரை டீஸ்பூன்,
சோயா சாஸ் - 2 டீஸ்பூன்,
எண்ணெய் - 4 டேபிள்ஸ்பூன்,
உப்பு - 3 டீஸ்பூன்.

500 மிலி தண்ணீரைக் கொதிக்க வைத்து 2 டீஸ்பூன் உப்பு, நூடுல்ஸ் சேர்த்து நன்றாக வேகவைத்துக் கொள்ளவும். முட்டைக் கோஸ், பீன்ஸ், கேரட், குடைமிளகாய், 4 பச்சை மிள காய் முதலியவற்றை நீளமாக வெட்டிக் கொள் ளவும். இஞ்சி, பூண்டு, 2 மிளகாய் ஆகியவற்றை நன்றாக அரைத்துக் கொள்ளவும். எண்ணெய் காயவைத்து அரைத்த மசாலாவை நன்றாக வதக்கவும். வெங்காயத்தைச் சேர்த்து சிறு தீயில் வேகவைக்கவும். காய்கள் வெந்தவுடன், சோயா சாஸ், வேகவைத்த நூடில்ஸ் ஆகிய வற்றைச் சேர்த்து நன்றாகக் கிளறி சூடாகப் பரிமாறவும்.

அளவு - 4 நபர்களுக்கு

- தமிழ்நாடு கோதுமை மேம்பாட்டுத் திட்ட வல்லுநர்கள்.

பெஸ்ட் பெனிபிட் பண்ட் லிமிடெட்

(மத்திய சர்க்காரால் இந்திய கம்பெனிகள் சட்டம் 1956-ன் கீழ் பதிவு செய்யப்பட்டது)

தலைமை காரியாலயம் (விடுமுறை இல்லை) : 3-வது மாடி, சாந்தி காம்ப்ளெக்ஸ், 26, ரங்கநாதன் தெரு, தி.நகர், சென்னை - 17. Ph : 4348560/4347025

நங்கநல்லூர் கிளை (வெள்ளி விடுமுறை) : 13, கல்லூரி சாலை, சென்னை - 600 114.
BM : P. தியாகராஜன், மாஜி கிரைண்ட்லேஸ் பேங்க்.

குரோம்பேட்டை கிளை (வெள்ளி விடுமுறை) : 5, 2வது பிரதான சாலை, நியூ காலனி, சென்னை - 600 044.
BM : S. இராஜகோபால், M.Sc., CAIIB, மாஜி இந்தியன் பேங்க்.

தாம்பரம் சானடோரியம் கிளை (வெள்ளி விடுமுறை) : 7, ஸ்டேஷன் ரோடு, சென்னை - 600 047.
BM : R. V. இராமமூர்த்தி, மாஜி கிரைண்ட்லேஸ் பேங்க்.

1. வாடிக்கையாளர் வசதி திட்டம் : (TM)

30 நாட்கள் - 18% 45 நாட்கள் - 19% 60 நாட்கள் 20% 90 நாட்கள் 21% வேண்டும்போது பணம் எடுத்துக் கொள்ளலாம். குறிப்பிட்ட காலம் முடிந்தவுடன் புதுப்பிக்க வரவேண்டிய அவசியமில்லை.

2. பென்ஷனர்/பொதுஜன பாதுகாப்புத் திட்டம் : (TM)

1 வருடம் - 22%; 2 வருடம் - 23%; 3 வருடம் - 24%

3. அதிகபட்ச வருவாய் திட்டம்/சுமங்கலி கல்யாணத் திட்டம் : (TM)

டெபாசிட் தொகை	முடிவில் கிடைக்கும் தொகை				
	12 மாதம்	24 மாதம்	36 மாதம்	40 மாதம்	60 மாதம்
ரூ. 1,000	ரூ. 1,240	ரூ. 1,533	ரூ. 1,880	ரூ. 2,000	ரூ. 3,000
ரூ. 5,000	ரூ. 6,200	ரூ. 7,665	ரூ. 9,400	ரூ. 10,000	ரூ. 15,000

4. குழந்தைகள் எதிர்கால பாதுகாப்பு திட்டம்/பெஸ்ட் பாண்ட் ஸ்கீம் : (TM)

ரூ. 1,000 பத்து வருடங்களில் ரூ. 10,740 ஆகும். 15 வருடங்களில் ரூ. 35,250 ஆகும்.

5. முன் கூட்டிய வருவாய் திட்டம் : (TM)

டெபாசிட் காலத்திற்கான முழு வட்டியும், டெபாசிட் செய்யும் தேதியன்றே தரப்படும். 1 வருடம் 18%.

6. தாத்தாவின் பரிசுத் திட்டம் : (TM)

ரூ. 1,000 15 வருடங்களில் ரூ. 35,250 ஆகும். 10 வருடங்களில் ரூ. 10,740 ஆகும்.

7. சேவிங்ஸ் பேங்க் : 14% ; (TM) : டிரேட்மார்க்

உங்கள் வீட்டிற்கும் வந்து சேவை செய்கிறோம்

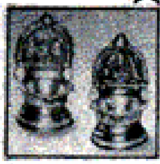
BBF — THE CUSTOMER CONSCIOUS MAHASHAKTHI (TM)
BBF — THE CUSTOMER FRIENDLY MAHABANK (TM)

CHAIRMAN
Prof. V. VIVEKANAND B.Com (Distn), MBA (Distn), CAIIB (All India First), EKSAMD (Distn.) (GERMANY) IAS (Topper).

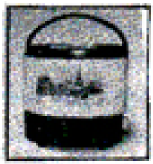
Dr. PARMESWARI, M.B.B.S.
VICE CHAIRMAN

அறிவிக்கிறோம்

கவர்ச்சிகரமான

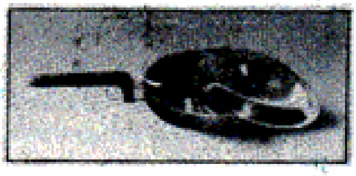


சிறப்புப் பரிசுகள்

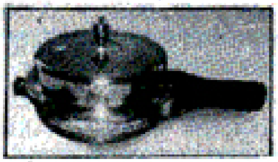


எங்களிடம் முதலீடு செய்பவர்களுக்கு

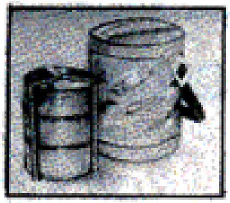
(சில நாட்களுக்கு மட்டுமே)

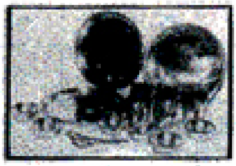






சபரியில் 20 வருடங்களுக்கும் மேல் நாங்கள் கல்வித் துறையில் ஈடுபட்டு உள்ளோம். எங்கள் சபரி பைனான்ஸ் & இன்வெஸ்ட்மென்ட்ஸ், உங்கள் முதலீட்டின் பாதுகாப்பிற்கும் அதிக இலாபத்திற்கும் பொருத்தமான இடம். இப்பொழுது எங்கள் பல டெப்பாசிட் திட்டங்களுக்கு கவர்ச்சிகரமான சிறப்புப் பரிசுகளை அளிக்கிறோம். உங்கள் அருகாமையில் உள்ள எங்கள் கிளையில் தொடர்பு கொண்டு இந்த வாய்ப்பை உடனடியாக பயன் படுத்திக் கொள்ளுங்கள்.





24% வட்டி

+

தங்க நாணயம்

+

சிறப்புப் பரிசுகள்

SABHARI

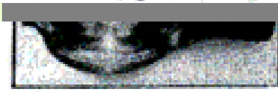
FINANCE & INVESTMENTS

An associate of Sabhari Education Pvt. Ltd.

■ **சென்னை:** ● அடையார்: 41, எல்.பி. ரோடு, Near Telephone Exchange, Ph: 4917396. ● அண்ணா நகர்: 388, பூந்தமல்லி நெடுஞ்சாலை, அண்ணா வளைவு எதிரில், Ph: 429643. ● கோடம்பாக்கம்: 16, புலியூர் 2வது மெயின் ரோடு, டிரஸ்ட் புரம், Ph: 4842647. ● அண்ணா சாலை: 1, வெல்டர்ஸ் தெரு, Near L.I.C. Ph: 840060 840733 840...







சபரியில் 20 வருடங்களுக்கும்



• பத்மாவதி

எங்க லைப்ரரி அம்மா!

தீவிர சிகிச்சைக்காக மருத்துவ மனையில் சேர்க்கப்பட்டிருக்கும் நான்கு குழந்தைகளுக்குத் தாயான அந்தப் பெண்மணியின் குடும்பத்தவர் கவலையோடு காணப்படுகின்றனர். அவர்களின் கவலைக்குக் காரணம், அந்தத் தாய்க்கு சில மணி நேரத்திற்குள் நாலு பாட்டில் இரத்தம் உடலில் செலுத்தியாக வேண்டும் என்பதுதான்....

'இரத்தம் எங்கே கிடைக்கும்? யாரைக் கேட்பது? சும்மா யாராவது இரத்தம் கொடுப்பார்களா? அப்படி யாராவது கொடுக்க வந்தாலும் அவர்கள் பணம் ஏதாவது கேட்டால் அதைக் கொடுக்கவும் முடியாதே... என்ன செய்வது...?' என்று அந்தப் பெண்மணியின் கணவர் உட்பட அனைவரும் திகைத்துப் போயிருந்த நேரத்தில், அங்கு வந்திருந்த ஒருவர் சொன்னார்:

"கவலையை விடுங்க... நம்ம லைப்ரரி அம்மா இருக்காங்க. அவங்ககிட்ட சொன்னா இரத்தம் கிடைக்க உடனே வேண்டிய ஏற்பாடு பண்ணித் தருவாங்க..."

குடும்பத்தவர்கள் நம்பிக்கையோடு அவரைப் பார்க்கிறார்கள். அவர்களுக்கு ஆறுதல் சொல்லிவிட்டுச் செல்லும் அவர், அரை மணி நேரத்திற்குள் அந்தப் பெண்மணியோடு திரும்பி வருகிறார். அவருடன் இன்னும் இரண்டு பேர் இருக்கிறார்கள்.

நோயாளிக்கு உரிய நேரத்தில் இரத்தம் செலுத்தப்பட்டு பிழைத்துக் கொள்கிறார். குடும்பத்தவர்கள் அந்தப் பெண்மணிக்கு நன்றி சொல்கின்றனர்...

யார் இவர்...?

மேட்டுப்பாளையத்திலிருந்து அன்னூர் செல்லும் சாலையில் தேரம்பாளையத்திற்கு அருகில் பொகளூர் என்ற சிறு கிராமத்தில் கிளை நூலகராகப் பணியாற்றும், இந்தப் பெண்மணியின் பெயர் திருமதி நா. பத்மாவதி...

நூலகத் துறையில் 25 ஆண்டுகளுக்கும் மேலாகப் பணியாற்றி வரும் இவர் அதனுடன் கூடவே சுற்று வட்டாரத்து கிராம மக்கள் பெண்கள், இளைஞர்கள், குழந்தைகள் ஆகியோரின் வாழ்க்கைப் பிரச்னைகளுக்கு உதவவும், முன்னேற்றத்திற்குப் பயன்படும் பணிகளிலும் தன்னை முழுமையாக ஈடுபடுத்திக் கொண்டு அயராது செயல்பட்டு வருகிறார்.

இவர் கோவை மாவட்ட இரத்த தானம் செய்வோர் சங்கத்தின் செயற்குழு உறுப்பினராகவும், சிறுமுகை பகுதியின் அமைப்பாளராகவும் இருக்கிறார். இரத்த தானம் செய்ய விரும்புவோரின் பெயர், முகவரி மற்றும் அவர்களின் இரத்த குரூப் ஆகியன பற்றிய விபரங்கள் அடங்கிய புத்தகமொன்றை கையில் எப்போதுமே வைத்திருக்கிறார்.

தமிழ்நாடு அரசு அலுவலர் ஒன்றியத்தின் மாவட்ட மகளிர் அணிச் செயலாளராகவும் இவரைத் தேர்ந்தெடுத்துள்ளனர்.

அறிவொளி இயக்கத்தின் வெற்றிக்கும் உழைத்து வருகிறார்.

சிறுமுகை கிளை நூலகராக இவர் பணியாற்றிய காலத்தில், வாசகர் வட்டத்தின் ஒத்துழைப்போடு, ரூ.இரண்டே முக்கால் லட்சம் மதிப்புள்ள 25 சென்ட் நிலத்தையும், மெயின் ரோடில் ரூ. 15 லட்சம் மதிப்புள்ள 15 சென்ட் பரப்பிலுள்ள கட்டடங்கள் மற்றும் காலி இடத்தையும் கிளை நூலகத்திற்காகப் பொது மக்களிடமிருந்து பெறப்பட்ட ரூ.10,000/- மதிப்புள்ள பொருட்களையும் நன்கொடையாகப் பெற்றமைக்காக அப்போதைய கல்வி அமைச்சர் திரு. க.அன்பழகனால் பொன்னாடை போர்த்தி பாராட்டப்பட்டார்.

இளைஞர்களையும், இளம் எழுத்தாளர்களையும் ஊக்குவிக்கும் விதத்தில் இலக்கியக் கூட்டங்களை நடத்துகிறார்.

இன் முகத்துடன் தங்களுக்கு எப்போதும் உதவும் இவரை, "எங்க லைப்ரரி அம்மா!" என்று சுற்று வட்டாரத்து கிராம மக்களும், பெண்களும், இளைஞர்களும் அன்புடன் குறிப்பிடுகின்றனர்.

-கே. ஆனந்தி.


AJANTHA SCHOOL OF ARTS
POONAMALLEE, MADRAS


CHARULATHA SAREE SHOP
MASTER / VISA CARDS ACCEPTED

மூட்டுவலிக்கு முழு நிவாரணம்!



"அய்யோ! வலி உயிர் போகிறது! என்னால் ஒரு அடி கூட எடுத்து வைக்க முடியாது. எத்தனை வைத்தியம் பார்த்து என்ன பிரயோஜனம்? மாடிப் படி ஏற மாதிரி இருந்தா நான் வரவில்லை," என்ற அங்கலாய்ப்பு பரவலாக பல குடும்பங்களில் இருக்கும்.

மூட்டுகள் நல்லமுறையில் இருந்தால் தானே ஓடி ஆட முடியும். அழகான நடை, நடனம், விளையாட்டு என பல சாகசங்களை புரியலாம்.

எலும்புகள் இணைந்து மூட்டுகளை உண்டாக்குகின்றன. இதன் இடைவெளியில் சவ்வால் ஆன பை போன்ற அமைப்பும், அதில் சுரக்கும் நீரும் உராய்வைத் தடுக்க உதவுகிறது. இந்த மூட்டை சுற்றி தசை நார்கள் நன்கு பிணைக்கப்பட்டு இருக்கிறது.

மூட்டு வலி என்றதும் ஏதோ ஒன்று என்று நினைக்காதீர்கள்; மூட்டு வலி தோன்ற எலும்பு, காரணமாக இருக்கலாம்; சவ்வு அல்லது அதில் சுரக்கப்படும் நீர் காரணமாக இருக்கலாம்; வெளியில் சுற்றியுள்ள தசைநார்கள் கூட காரணமாக இருக்கலாம்.

சவ்வின் பாதிப்பு

பெரும்பான்மையான மூட்டுவலி தோன்ற காரணம் சவ்வு அழற்சிதான். இந்த புண்ணால் சுரக்கப்படும் நீர் மூட்டுகளை வீங்க வைக்கும். நடக்கும் போது "சளுக், சளுக்"என்று வலியால் துன்பப்படுவார்கள்; முதலில் நடக்க சிரமமாக இருக்கும், சிறிது தூரம் நடந்ததும் தொந்தரவு தெரியாது. முழங்கால் மட்டுமல்லாது மூட்டுக்களும் பாதிக்கப்படும்.

இந்த வகை பரம்பரையாக பலருக்கு வருகிறது. சில நோய் நுண்கிருமிகள் கூட மூட்டு வலியை உண்டாக்கி விடுகிறது.

பால்வினை நோயான மேகவெட்டை பலருக்கு மூட்டுவலியை ஏற்படுத்தி இருக்கிறது. சோரியாஸிஸ் எனப்படும் தோல் நோயால் பாதிக்கப்பட்டவர்கள் சிலருக்கு மூட்டுவலி இருக்கும்.

சவ்வை பாதிக்கும் மூட்டு வலி நோயில் "சரவாங்கி" சிறுவர்களை பாதிக்கும்; காய்ச்சலுடன் எல்லா மூட்டுகளிலும் வலி தோன்றும்; ஒரு மூட்டிலிருந்து அடுத்த மூட்டிற்குத் தாவும்; இதை அஜாக்கிரதையாக விட்டு விடாதீர்கள்; இந்தத் தொந்தரவு ஒரு சில நாட்களில் நீங்கிவிடும்; ஆனால் நன்கு கவனிக்கா விட்டால் இருதய சம்பந்தமான நோய்களை உண்டாக்கி விடும்; "RHEMATIC FEVER LICKS THE JOINT AND KICKS THE HEART" என்று மருத்துவ பழமொழி உண்டு.

ஆனால் அதற்காக மூட்டுவலி வந்தாலே இருதயத்தைத் தாக்கும் என்று பயந்து விடாதீர்கள். மருத்துவ ஆலோசனை பெறுங்கள்.

பரம்பரையாகத் தோன்றும் மூட்டுவலி பெரும்பாலும் 40 வயதில் ஆரம்பிக்கும். வலியைப் போக்க பயன்படுத்தப்படும் ஸ்டீராய்டு மருந்துகள், வலி நிவாரணிகள் தற்காலிகமாக மட்டுமே குணம் கொடுக்கும். "மூட்டுவலிக்கு மூட்டிலேயே ஊசி போட்டார்; ஆறுமாசமா எந்தத் தொந்தரவும் இல்லை. மறுபடியும் வந்து விட்டது" என்பார்கள்.

எலும்புத் தேய்மானம்

வயதானவர்களுக்கு எலும்புத் தேய்மானத்தால் கூட மூட்டுவலி, தோன்றி விடுகிறது. எலும்பின் நுனியில் உள்ள குருத்தெலும்பு மென்மையானது, சிதைந்து தேய்மானத்தால் வலி ஏற்படும். எலும்புத் தேய்மானம் சிலருக்கு இயற்கையாகவே அமைந்து விடுகிறது. உடல் பருமன் பெரும்பாலானவர்களுக்கு மூட்டுவலி எலும்புத் தேய்வதால் உண்டாகிறது.

எப்போதும் பருமனாகாமல் வயதிற்கேற்ற எடையுடன் இருத்தல் அவசியம்; உடற்பயிற்சி

டாக்டர் ஆர். ஞானசம்பந்தம்

உடலை பாதுகாப்பாக வைப்பதோடு இல்லாமல் அழகாகவும் தோன்ற வைக்கும்.

மூட்டு நீர்க் கோளாறுகள்

மூட்டுகளின் இடையில் மூட்டு நீர் இருக்கும்; இது சீராக இருக்க வேண்டும் உப்புத் தன்மை சிறிது அதிகமானால் கூட உடனே சவ்வை பாதித்து மூட்டு வலியை உண்டாக்கி விடுகிறது.

சிலர் உடலில் உப்புகளை உட்கிரகிக்கும் தன்மை குறைந்து இருப்பதால் "யூரிக் ஏசிட்" போன்ற உப்புகள் மூட்டுகளையும் ஊடுருவிச் சென்று மூட்டு நீர் உப்புத் தன்மையை அதிகரித்து வலி ஏற்படுத்தும்.

இந்தத் தொந்தரவுகள் சிறு சிறு மூட்டுகளைத் தான் பாதிக்கிறது. முதலில் கால் பெருவிரல் வலிக்கும்; பிறகு மணிக்கட்டு, விரல்கள் என மாறிமாறி வலிக்கும் கழுத்து வலி, இடுப்புவலி என படாத பாடு படுத்தும்; உடம்பில் மூட்டு எங்கெங் கெங்கு உள்ளதோ அங்கெல்லாம் தன் வேலையை காட்டும்.

ஒரு சிலருக்கு உணவை மென்றால் கூட கன்னம் வலிக்கும்; இந்த வகை உள்ளவர்கள் உணவில் மீன், முட்டை, மாமிசம், அவரை, பீன்ஸ், முருங்கைக்காய், வாழைக்காய், கருணைக்கிழங்கு, முட்டைகோஸ், உருளைக்கிழங்கு போன்ற உணவு வகைகளை தவிர்த்தல் நலம்; குளிர்ந்த நீர், குளிர்ந்த இடம் தொந்தரவை அதிகமாக்கும். சுடுநீரில் குளித்தல் நலம்.

கழுத்து வலியும் இடுப்பு வலியும்

சிலருக்கு எப்போதும் கழுத்துவலி இருந்து கொண்டு இருக்கும், சில சமயங்களில் வலது அல்லது இடது கை விரல்கள் வரை கூட மின்னல் போல வலி வந்து போகும். இந்த கழுத்துவலி கழுத் தில் உள்ள எலும்புத் தேய்மானத்தால் நரம்பை அழுத்திப் பிடிப்பதால் ஏற்படுகிறது. இதற்கு மணல் மூட்டை கொண்டு Traction செய்வதால், காலர் போடுவதால் தற்காலிகமாக மட்டுமே குறையும்.

இதேபோல இடுப்பு வலியும் நரம்புகளை எலும்பு அழுத்துவதால் ஏற்படும் வலி கால்வரை கூட வலி செல்லும். ஒரு சிலருக்கு குருத்தெலும்பு இடம்விட்டு அகன்று விடும் (DISC PROLAPSE) இதற்கு அறுவை சிகிச்சை செய்துதான் குணம் பெற வேண்டும் என்று நினைக்கின்றனர். தசை நாண்கள் வலுபெற்று, மூட்டுக் கோளாறுகளையும் குணப் படுத்த ஹோமியோ மருந்துகளால் முடியும்.

சிலருக்கு மலச்சிக்கல் வெள்ளைப்பாடு, கருப்பை புண், குடல் தொந்தரவுகளால் கூட இடுப்பு வலி முதுகு வலி தோன்றும்.

சிகிச்சை

மூட்டு வலி குணம் பெற மருத்துவரை அணுகித் தான் குணம் பெற முடியும். எண்ணெய் போட்டு நீவுதல், ஒத்தடம் கொடுத்தல் போன்றவை வலி தொந்தரவுகளை வேண்டுமானால் அந்தச் சமயத் தில் நிறுத்தும். முழுமையாக குணம் பெற முடியாது.

மூட்டு வலிக்குள்ள அடிப்படை காரணங்களை ஆராய்ந்தால் உடலியக்க கூறுகள் சீர்கேடுகள் தான் மேலோங்கி நிற்கிறது. எனவேதான் நோயின் பெயரில் மட்டும் வைத்தியம் செய்யும் போது குணம் பெற முடிவதில்லை. உடலியக்கம் முழுமை யாக ஆராயப்பட்டு சீர்படுத்தப்பட வேண்டும். அப்போதுதான் முழுமையான குணம் கிடைக்கும். இது பக்க விளைவில்லாத ஹோமியோபதி மருந்து களால் முடியும். ஆனால் சிலர் ஆங்கில மருந்து வந்தைப் போல் மருந்து சாப்பிட்ட மறுநாளே குணம் வேண்டும் என்பார்கள்; இது ஹோமியோபதி மருத்துவத்தில் மூட்டுவலியைப் பொறுத்த வரையில் சற்று சிரமம்.

மருந்துகள் அவரவருடைய உடலியல், (PHYSICAL CONSTITUTION) முழுமையாக ஆராயப்பட்டு வழங்கப்படுவதால் இரண்டு அல்லது மூன்று மருந்துகள் மாற்றி கொடுக்க வேண்டி வரும். ஒரு ஹோமியோபதி மருத்துவர் சாதாரண மூட்டு வலியை 3-4 மாதங்களில் குணப்படுத்தி விடுவார்.

எலும்புத் தேய்மானம் சிலருக்கு அறுவை சிகிச்சை உட்பட்டதாக இருக்கும். ஆரம்பகாலமாக இருப்பின் அதுவும் குணம் பெறும்.

கௌப் போன்ற வகைகள் சிறிது காலம் சிகிச்சை பெற வேண்டும். என் அனுபவத்தில் மருந்துகளால் பலருக்கு மூட்டு வலி இடுப்புவலி கழுத்துவலி தொந்தரவுகளை அறுவை சிகிச்சை யின்றி குணப்படுத்தியிருக்கிறேன். ஏதேனும் ஐயம் இருப்பின் என்னை வார நாட்களில் ஈரோடு ஈ.வி.என். ரோடு நெ.1071-லும், போன்:219344, 31444, சனிக்கிழமை சென்னை. இராயப்பேட்டையிலுள்ள சிவா மருத்துவமனையிலும் அணுகிக் (போன்: 8760451) கேட்கலாம்.

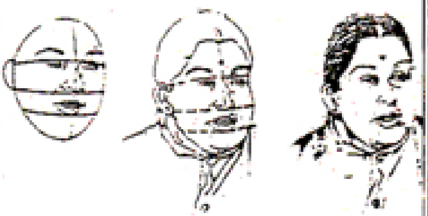
"எவ்வளவோ உயர்ந்த விலையுள்ள மருந்தை யெல்லாம் பயன்படுத்திவிட்டேன்; இந்த ஜவ்வரிசி மாதிரி சின்ன மாத்திரைகள் பவுடர் எங்கே வேலை செய்யப்போகிறது?" என்று அலட்சியமாக மருந்து சாப்பிட்டவர்களை அசர வைத்துள்ளது ஹோமியோபதி மருந்துகள்.

'டாக்டர்! இந்த மருந்தை சாப்பிடும்போது தப்பித் தவறி ஏதாவது இங்கிலீஷ் மருந்து எடுக்க நேரிட்டால் ஏதாவது ரியாக்ஷன் ஆகிவிடுமோ?' என்ற கேள்வியை என்னிடம் பலர் எழுப்பியுள் ளனர்.

ஆங்கில மருந்தைப் போல் ஹோமியோபதி மருந்து மூலப் பொருள்களாக அப்படியே கொடுக்க மாட்டார்கள். மருந்தின் மிகச் சிறிய பகுதியை எடுத்து குறைத்து குறைத்து விரியப்படுத்தப்படுகிறது. எனவேதான் இதற்குப் பக்கவிளைவே இல்லை என்று அடித்துக் கூறுகிறோம்.

மூலப் பொருளாக இல்லாத காரணத்தால் நிச்சயமாக ரியாக்ஷன் மற்ற மருந்தோடு சேர்ந்து புரியாது

அரசியல் தலைவர்களை வரையக் கற்றுக்கொள்ளுங்கள் ரூ. 30.00

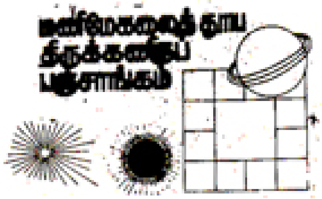


ஒரு வட்டம் : அடுத்த சில பூர்த்திகள் : அடுத்ததாக முழு உருவம் - என மூன்று நிலைகளில் சுலபமாக வரையக்கூடிய வகையில் திரு. சின்னதம்பி மார்தாண்டன் இந்நூலில் கற்றுத் தருகிறார். இதர ஓவிய நூல்கள் : ஓவியம் வரையக் கற்றுக்கொள்ளுங்கள் பாகம் - 1 ரூ. 25.00; பாகம் - 2 ரூ. 22.00; கேலிச்சித்திரங்கள், சிரிப்புப் படங்கள் வரைவது எப்படி? ரூ. 28.50; பல்வேறு கோணங்களில் வரைவது எப்படி? ரூ. 17.00; தத்ரூபமாக வரைவது எப்படி? ரூ. 20.00; மனித உருவங்கள் வரையக் கற்றுக்கொள்ளுங்கள் ரூ. 27.00; கடவுள் உருவங்களை வரையக் கற்றுக்கொள்ளுங்கள் ரூ. 22.00; மாடர்ன் ஆர்ட் வரைவது எப்படி? ரூ. 13.00; விளம்பர ஓவியங்கள் வரைவது எப்படி? ரூ. 13.00; ஆயில் பெயிண்டிங் வரையக் கற்றுக்கொள்ளுங்கள் ரூ. 30.00; உலகப் புகழ்பெற்ற ஓவியர்கள் ரூ. 12.00; மற்றும் திரு. சின்னதம்பி மார்தாண்டனின் மற்றொரு நூலான திரைக் கலைஞர்களை வரையக் கற்றுக்கொள்ளுங்கள் ரூ. 30.00; இதர நூல்கள் : பெரியார் ஈ.வெ.ரா. ரூ. 9.50; காமராஜர் யார்? ரூ. 15.00, பேரறிஞர் அண்ணா ரூ. 11.50; கலைஞர் மு. கருணாநிதி ரூ. 31.00; புரட்சிச் செல்வி ஜெயலலிதா ரூ. 34.00; ஜெய் அம்பேத்கார்... ரூ. 11.50; சரித்திர நாயகர் எம்.ஜி.ஆரின் சாதனைகள் ரூ. 16.00

மலையாளம் தமிழ் அகராதி ரூ. 50.00

தமிழில் இது முதல் முயற்சி. ஏராளமான மலையாள வார்த்தைகளுக்கு உச்சரிப்புடன் தமிழ் அர்த்தங்கள். மொழி ஆர்வம் உள்ளவர்களுக்கும், கேரளத்தில் வாழும் தமிழர்களுக்கும் தமிழகத்தில் வாழும் மலையாளிகளுக்கும் பெரிதும் பயன்படும் புத்தகம் இது. இதர நூல்கள் : மலையாளம் கற்றுக்கொள்ளுங்கள் ரூ. 24.00; மலையாளத்தில் பேசுவது எப்படி? ரூ. 26.00; மலையாளப் பழமொழிகள் ரூ. 35.00; மலையாளச் சமையல் ரூ. 14.00; மணிமேகலை ஆங்கில-ஆங்கில-தமிழ் அகராதி (ஆங்கில வார்த்தைகளுக்குத் தமிழ் அர்த்தங்கள்) ரூ. 65.00; ஆங்கிலம் கற்றுக்கொள்ளுங்கள் ரூ. 34.00; ஆங்கிலத்தில் பேசுவது எப்படி? பாகம்-1 ரூ. 28.00; பாகம்-2 ரூ.36.00; வளமான ஆங்கிலம் பேச வழிகள் ரூ. 33.00; தமிழ் மூலம் ஆங்கில இலக்கணம் ரூ. 40.00, ஆங்கில ஸ்பெல்லிங் தகராறா? ரூ. 12.00; ஆங்கிலச் சொல்லாற்றலை வளர்த்துக்கொள்வது எப்படி? ரூ. 10.75; ஆங்கில வார்த்தைகளைச் சரியாக உச்சரிப்பது எப்படி? ரூ. 9.00; ஆங்கிலத்திலும் தமிழிலும் கட்டுரைகள் எழுதுவது எப்படி? ரூ. 25.00; இடியம்ஸ் ..ப்ரேஸஸ்-தமிழில் விளக்கம் ரூ. 22.00; ஆங்கில வாக்கியங்களை அமைக்கும் முறைகள் ரூ. 30.00; தெலுங்கு கற்றுக்கொள்ளுங்கள் ரூ. 34.00; தெலுங்கில் பேசுவது எப்படி? ரூ. 37.00; தெலுங்குப் பழமொழிகள் ரூ. 16.50; கன்னடம் கற்றுக்கொள்ளுங்கள் ரூ. 28.50; கன்னடத்தில் பேசுவது எப்படி? ரூ. 14.00; கன்னடப் பழமொழிகள் ரூ. 13.50.

1996 முதல் 2000 வரை திருக்கணிதப் பஞ்சாங்கம் ரூ. 45.00



ஆங்கிலத் தேதி; தமிழ்த் தேதி; கிழமை; நட்சத்திரம், நாழிகை; விநாடி திதி; யோகம்; கரணம்; ராசி இருப்பு; கிரக பாதசாரங்கள்; சூரிய உதயம்; நவாம்சச் சக்கர நிர் ணயம்; ஹோரைகளின் அட்சராம்சம்; ரேகாம்சம்; இராசிமான சங்கியை; திசாபுக்தி விவரங்கள்; அந்தரங்கள்; சந்திரனின் பாதசாரங்கள்; முக்குண வேளை; காலச் சக்கர திசை; தேசாந்திர ஸம்ஸ்காரம்; அஷ்டவர்கம் ஆகிய அனைத்தும் இந் நூலில் உள்ளன. இதர ஜோதிட நூல்கள் : மணிமேகலை வாக்கியப் பஞ்சாங்கம் 1996 முதல் 2000 வரை ரூ. 45.00; 1926 முதல் 1945 வரை ரூ. 110.00; 1946 முதல் 1965 வரை ரூ. 110.00; 1966 முதல் 1985 வரை ரூ. 110.00; 1986 முதல் 1990 வரை ரூ. 45.00; 1991 முதல் 1995 வரை ரூ. 40.00; மணிமேகலைத் தூய திருக்கணிதப் பஞ்சாங்கம் 1926 முதல் 1945 வரை ரூ. 110.00; 1946 முதல் 1965 வரை ரூ. 70.00; 1966 முதல் 1985 வரை ரூ. 70.00; 1986 முதல் 1990 வரை ரூ. 30.00; 1991 முதல் 1995 வரை ரூ. 40.00

நீங்கள் உயரமாக வளர வேண்டுமா? ரூ. 9.00

'குள்ளமாக இருப்பவர்கள், உயரமாக ஆவதாவது? வாய்ப்பே இல்லை!" என்ற கேலிப் பேச்சுக் காலமெல்லாம் மலையேறிவிட்டது. ஜப்பானியர்கள் சாதித்தே காண்பித்து விட்டார்கள். இந் நூலில் நிறைய நடைமுறை யோசனைகள் உள்ளன. இதர நூல்கள் : உடல் உறுதிபெற உடற்பயிற்சி முறைகள் பாகம்-1 ரூ. 15.00; பாகம்-2 ரூ. 24.00; பெண்களுக்கான எளிய உடற்பயிற்சிகள் ரூ. 14.00; உடம்பு உறுதியாக இருக்க வேண்டுமா? ரூ. 10.00; ஒல்லியாக இருக்கும் நீங்கள் குண்டாக விரும்புகிறீர்களா? ரூ. 8.00; உடல் பருமனைக் குறைக்க சுலபமான வழிகள் ரூ. 15.00; சிவப்பாக ஆக வேண்டுமா? ரூ. 12.00; முகப்பருவைப் போக்க முப்பது வழிகள் ரூ. 9.00.

மேற்கண்ட புத்தகங்களுள் தேவையானவற்றை வி.பி.பி.யில் பெறக் கடிதம் எழுதுங்கள். பாதுகாப்பாக அனுப்பி வைக்கிறோம். தபால்காரர் புத்தகங்களை உங்களிடம் தரும்போது பணம் செலுத்தினால் போதும். [தபால் செலவு தனி]. சென்னையில் இருப்பவர்கள் நேரில் வந்து வாங்கிக்கொள்வது சிக்கனம். தோறும் விற்பனை நேரம் : காலை 9 மணி முதல் மாலை 6 மணி வரை. ஞாயிறு விடுமுறை. கடிதம் எழுத வேண்டிய முகவரி:

மணிமேகலைப் பிரசுரம்

தபால் பெட்டி எண் : 1447, 4, தணிகாசலம் சாலை,
தியாகராய நகர், சென்னை - 600 017.
தொலைபேசி : 4342926 தொலைநகல் : 044-4346082

ஆயுர்வேத ஆராய்ச்சியின் வெற்றி

எரிகா ஆயுர்வேத ஹேர் டானிக்

கூந்தல் வளர்ச்சிக்கு இன்றியமையாத அறிய, அதிக மூலிகைகள் ஆராய்ச்சி செய்யப்பட்டு தூய தேங்காய் எண்ணெயில் சேர்க்கப்பட்டு இருப்பதால், அதிக முடி உதிர்வு, பொடுகு, இளநரை போன்றவை உடனே தடுக்கப்பட்டு நீண்ட அடர்த்தியான முடி வளர தூண்டுகிறது.



ERRICA

AYURVEDIC HAIR TONIC

—— *Very Effective* ——

Mfrs: DALE CARE,
Brindavanam, Pondicherry - 605 013

AVAILABLE AT ALL GENERAL STORES AND MEDICAL SHOPS IN TAMILNADU AND PONDICHERRY

சுந்தரம் சாரீஸ்

சுங்குடி புடவைகள்

TRADEMARK



566036

எமது
டிரேட் மார்க்
பார்த்து வாங்குங்கள்

மதுரையில் 45 வருடங்களாக
சுங்குடி புடவைகள் தயாரிப்பின்
பிரசித்தி பெற்று விளங்குவது எமது

சுந்தரம் சாரீஸ்

எங்களிடம் ஜரிகை மற்றும் சாதா சுங்குடி புடவைகள், காஞ்சி, கோவை, நெகமம், பெங்கால், கைத்தறி காட்டன் புடவைகளும், கரீஸ்மா, தாரிகா , சுவிஸ் காட்டன், புனா, பட்டர் காட்டன், வாயல் புடவைகளும், பாலி காட்டன், கோரா சில்க் முதலிய தரமான புடவைகளும், கவர்ச்சியான சுரிதார் டிசைன்களும் மொத்தமாகவும் சில்லரையாகவும் கிடைக்கும்.

சுந்தரம் டெக்ஸ்டைல்ஸ்

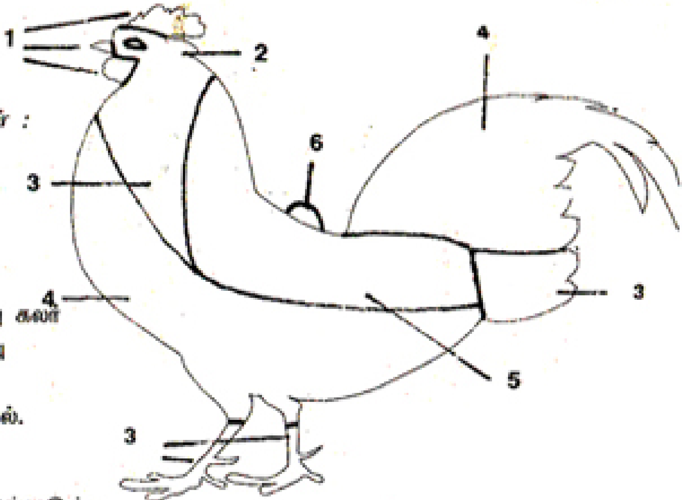
90, தெற்குமாசி வீதி, மதுரை - 625 001. ✆ 25152

சென்னையில் கிளை நிறுவனம் கிடையாது.

'தங்க நிறச்' சேவல்!

தேவையான பொருட்கள் :

தெர்மக் கோல்
தங்கநிற சம்கி
நீலநிற சம்கி
சிவப்பு நிற சம்கி
ஸ்டிக்கர் பொட்டு கறுப்பு கலர்
ஸ்டிக்கர் பொட்டு சிவப்பு
(கோவி மாடல்)
ஜரிகை நூல், பெவிக்கால்.



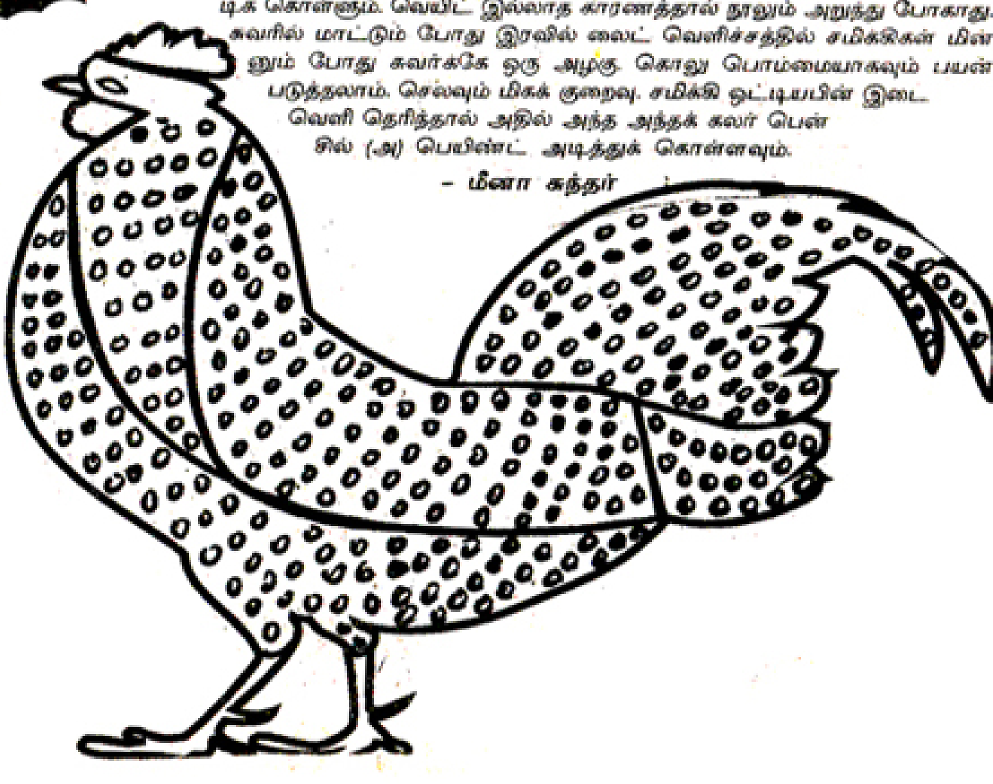
1. கோவி மாடல் சிவப்புகலர் ஸ்டிக்கர் பொட்டு
2. கண்ணுக்கு கறுப்பு கலர் பொட்டு
3. தங்க கலர் சமிக்கி
4. நீலக் கலர் சமிக்கி
5. சிவப்புக் கலர் சமிக்கி
6. பின்னால் சுவரில் மாட்ட உதவும் நூல்

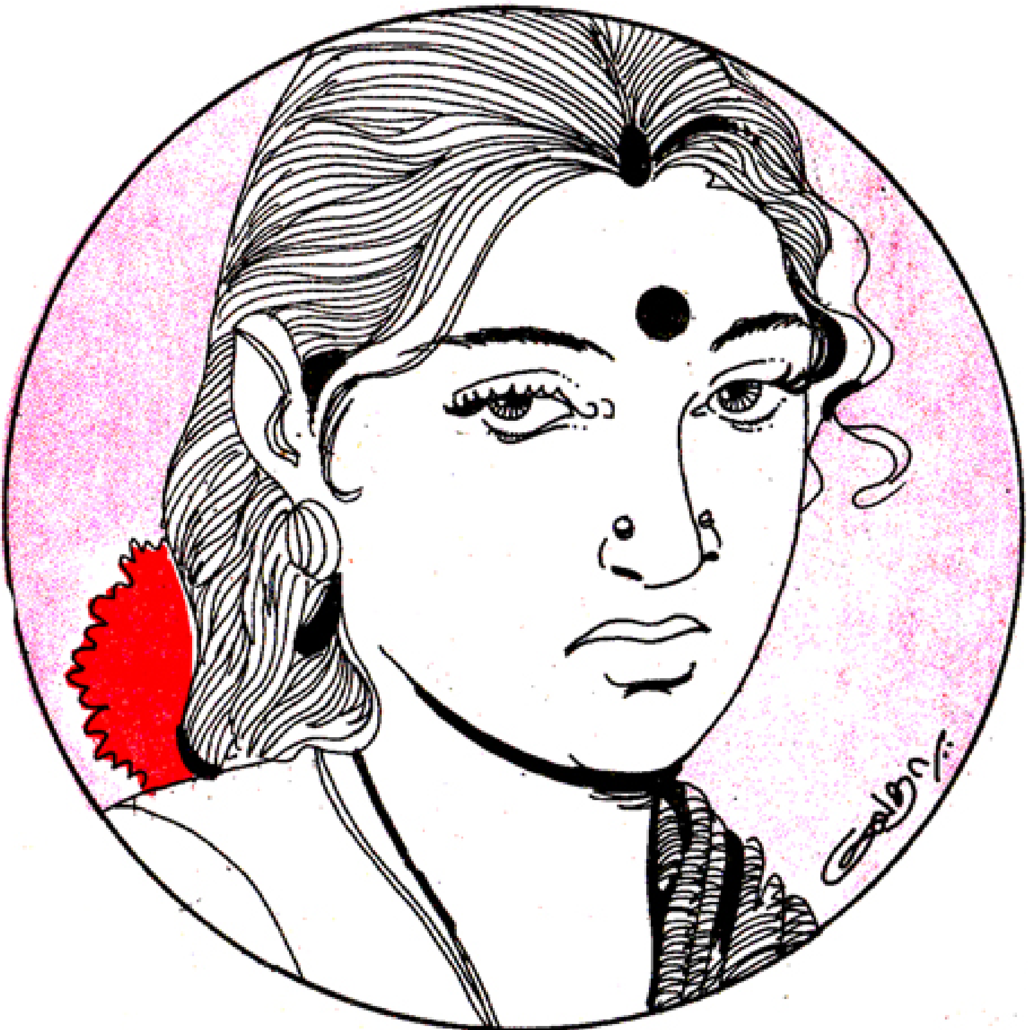
செய்முறை :

படத்தில் காணப்படும் சேவலை ஒரு வெள்ளைத் தாளில் வரைந்து கொள்ளவும். பின் அதை வெட்டி எடுத்து தெர்மக்கோலில் பெவிக்கால் தடவி ஒட்டிக் கொள்ளவும். பின் கத்தியால் தெர்மக்கோலை சேவல் மாதிரி வெட்டி எடுத்துக் கொள்ளவும். (கத்தியை சூடுபண்ணி வெட்ட உபயோகிக்கவும். மிக எளிதாக வெட்டும்) பின் சேவலின் ஓரப் பகுதி முழுவதும் ஜரிகை நூலை பெவிக்கால் கொண்டு ஒட்டவும். கண்ணுக்கு கறுப்பு ஸ்டிக்கர் (வெள்ளை கலந்தது) கொண்டு ஒட்டவும்.

சேவலின் மூக்கு பகுதிக்கும், தாடி, கொண்டைக்கும் கோவி மாடலில் சிவப்பு கலர் ஸ்டிக்கர் பொட்டு உபயோகிக்கவும். பின் படத்தில் கொடுத்துள்ளது மாதிரி அந்த அந்தக் கலர் சமிக்கிகளை பெவிக்கால் கொண்டு ஒட்டவும். இப்பொழுது உங்கள் கைகளில் தங்க நிற சேவல் ரெடி. சுவரில் மாட்ட விரும்புபவர்கள் சேவலின் பின்புறம் நூலை நடுவில் வைத்து பெவிக்கால் தடவினால் ஒட்டிக் கொள்ளும். வெயிட் இல்லாத காரணத்தால் நூலும் அறுந்து போகாது. சுவரில் மாட்டும் போது இரவில் லைட் வெளிச்சத்தில் சமிக்கிகள் மின்னும் போது சுவர்க்கே ஒரு அழகு. கொலு பொம்மையாகவும் பயன் படுத்தலாம். செலவும் மிகக் குறைவு. சமிக்கி ஒட்டியபின் இடைவெளி தெரிந்தால் அதில் அந்த அந்தக் கலர் பென்சில் (அ) பெயின்ட் அடித்துக் கொள்ளவும்.

– மீனா சுந்தர்





"ஹாய் ரூபி... டாட் எங்கே?" டையைத் தளர்த்தியபடி வினவினான் ஈஸ்வர்.

"போறுமே உங்க டாட், சகிக்கலை. மாமனாரை மாமான்னு கூப்பிடுவா" ரூபா முகம் சுளித்தாள்.

"நீ ஒரு ஓல்ட் லிட்டில் வுமன் ரூபி. உங்கப்பாவின் இளமையைப் பார்த்தா மாமான்னு கூப்பிடுகிற மாதிரியா இருக்கு. என்ன மாதிரியான காயகல்பம் சாப்பிடுகிறாரோ மனுஷன்?" கண்சிமிட்டிச் சிரித்தான் ஈஸ்வர்.

"அசடு ரொம்பத்தான் வழிகிறது" ரூபா உள்ளே சென்றுவிட்டாள்.

"ஸ்... என்ன இறுக்கம் இந்த பாம்பேல எக்கச்சக்க "சல்ட்ரீனஸ்" என அலுவலக உடைகளைக் களைந்து லுங்கிக் கட்டுடன் சமையல் அறைக்குள் நுழைந்தான் ஈஸ்வர்.

ஜனனி பாலா



வட்டங்கள் சதுரங்கள் முக்கோணங்கள்

ரூபாவின் சாம்ராஜ்யம் பார்ப்போர் பாராட்டும்படியாக "பளீர்" என்றிருந்தது. ஒரு சுறுசுறுப்பான எக்ஸிக்யூடிவின் இளம் மனைவி ரூபாவின் கைவண்ணம் வீட்டின் ஒவ்வொரு மூலையிலும் பளிச்சிட்டது. அவள் ஹோம் சயன்ஸ் பட்டதாரி என வெளிச்சமிட்டுக் காட்டின.

ஈஸ்வர் ரூபியின் ருசியான வெஜிடபிள் சமோசாவையும் "ஸ்ட்ராங்" காப்பியையும் ரசித்துக் குடிக்கும்பொழுது எதிர்பாராமல் வந்து நின்றாள் அனுபமா; ஈஸ்வரின் பெரியம்மாவின் மகள். "ஹை... அனு. எங்கே இவ்வளவு தூரம்!" என வியந்து வரவேற்றான் ஈஸ்வர்.

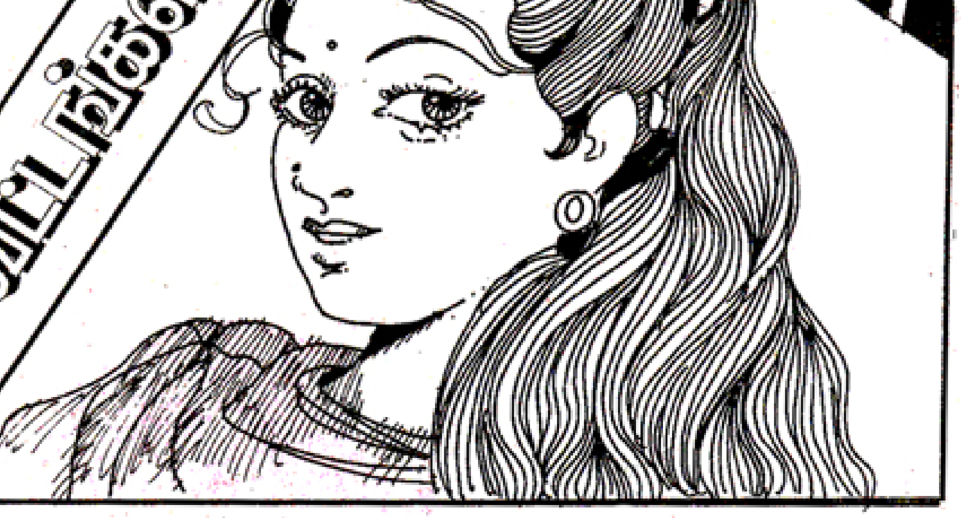
"இனிமே எனக்கு பாம்பேதான் ஈஸ்வர். மாற்றல் உத்தரவு" ரம்யமாகச் சிரித்தாள் அனுபமா.

மாநிறமாக பெங்காலி நடிகை அபர்ணா சென்னைப் போல இருப்பாள் அனுபமா. "ஹை வி நெக்"; கைவைத்த வைக்காத சோளி, பிரின்டெட் சில்க், கஞ்சி மொடமொடப்புடன் கூடிய காட் டன் சேலைகள், சல்வார் கமீஸ் என விதவிதமாக உடுப்பாள். "எகனாமிக்ஸில்" டாக்டர் பட்டம் பெற்றவள், பிரபல தேசியமயமாக்கப்பட்ட பேங்கில் உயர் அதிகாரி.

அவளைக் கண்டால் ரூபா வெளிக்கு சிரித்துப் பேசினாலும் உள்ளூரக் கடுகடுப்பாள்; காரணம் அவள் தன் கணவனை விவாகரத்து செய்துவிட்டவள் என்பதுதான்.

"ஒரு பொம்மனாட்டி கல்யாணம் பண்ணிண்டு குடியும் குடித்தனமுமாய் இருந்தா அழகு... பிஎச். டின்ற திமிர்ல ஹஸ் பெண்டை உதறிவிட்டு மினுக்கிக்





கொண்டு திரிஞ்சா நல்லாவா இருக்கு?" என ஈஸ்வரிடம் நொடிப்பாள் ரூபா.

"நீ ஒரு இருபது வயது இளம் "மாடர்ன்" பெண்ணாவா இருக்கே ரூபி? நூற்றுக் கிழவி மாதிரி பேசுகிறாய்" என்பான்.

அனுபமா ரூபாவின் உபசரிப்புகளை ஏற்று மகிழ்ந்தாள். அவள் திறமையைப் புகழ்ந்தாள்; "உன் ஸ்வீட் ஏஞ்சல் எங்கே?" என்று கரிசனமாக விசாரித்தாள்.

"அது அப்பா கூட "பார்வி கார்டன்" போயிருக்கு. ஒரு வயசு... சதா ஊரைச் சுத்தணும்... அதுவும் அப்பா வந்தாச்சுன்னா கேட்கவே வேண்டாம்" ரூபா பெருமையாக அலுத்துக் கொண்டாள்.

ரூபா உள்ளே சென்றதும் "அவ அப்பான்னதும் ஏதோ "ரிடையர்ட்" கிழம்னு நினைச்சுடாதே. சரியான "யங் மேன்" வயது நாற்பத்தி எட்டு... பீ.ஏ.ஆர்.லில வேலை. இங்கே தேவனார் க்வார்ட்டர்ஸ்ல இருக்கார் ஏ புவர் விடோயர்..." ஈஸ்வர் புன்சிரிப்புடன் விவரித்தான்.

அனுபமா சிரித்தாள். "உன் மாமனாரின் தகுதிகளை ஏன் இவ்வளவு விவரிக்கிறாய்? உன் வால்தனம் உன்னை விட்டுப் போகாது."

"ரூபா... இந்த லல்லுக் குட்டி ஜில்லுக் குட்டி என்ன பண்ணியிருக்கிறாள் பார். நீ கொடுத்த மூணு ஜட்டிகளையும் "ப்ளாஸ்டிக்" பேப்பர்ல சுருட்டிண்டு வந்துட்டேன். உடனே வேற போடு" கலகலத்தபடி வந்தார் ரூபாவின் தந்தை சிவராம்.

"ஹாய்... டாட்" ஈஸ்வர் கரம் ஆட்டினான்.

"ஹாய்... மாப்ளே... உம்ம பொண்ணு நம்மை இந்தப் பாடு படுத்துது..." பேத்தியை ஸோபாவில் அமர்த்தினார்.

அனுபமா வியப்புடன் அவரை நோக்கினாள். ஒரு கல்யாணமான பெண்ணின் தந்தையா இவர்? ஆறடி உயரம் மிகக் கூர்ந்து பார்த்தால் தெரியும் இளநரைகள், மற்றபடி 'கருகரு' முடி; நல்ல ஆரோக்கியமான உடல்வாகு.

"எப்படி இருக்கார்... அனு... இவரைப் பார்த்தா எனக்கு விநோத் கன்னா போல இருக்கு. வாட் யூ ஸே?"

அனுபமா சிரித்தாள்.

"என்ன மாப்ளே... சும்மா ஜோக் அடிச்சிண்டு..." சிவராம் தமுட்டுச் சிரிப்புடன் அமர்ந்தார்.

ரூபா குட்டி மகளை அள்ளித் தூக்கிக் கொஞ்சினாள். "அப்படியே நம்ம அம்மாதான் இல்லேப்பா... நான் கூட அத்தனை சிகப்பில்லை... இது ரோஜா நிறம்... தலைமுடி கூட சுருட்டையா அம்மாதான்..."

"ஆமாம்..." சிவராம் குரலில் சுருதி இறங்கியிருந்தது.

ஈஸ்வருக்குச் சற்று சங்கடமாக இருந்தது. "ஏன் ரூபா, உங்கப்பா பேசாம ரெண்டாம் கல்யாணம் பண்ணிக்கலாம்... இத்தனை சின்ன வயசில... ஒண்டியா... பாவம்" என ரூபாவிடம் ஒருமுறை சொல்லப் போய் செமத்தியாக வாங்கிக் கட்டிக் கொண்டான்.

"போறுமே உளறல்... பொண்ணுக்குக் கல்யாணம் ஆயாச்சு. ரெண்டாம் கல்யாணமாவது... தவிர எங்கப்பா அம்மா ரொம்ப அன்னியோன்னியம் தெரியுமா? ரஞ்சனி... ரஞ்சனின்னு அப்பா கூப்பிடுவது இன்னும் காதுல ஒலிக்கிறது. எங்கம்மாவோட அழகு குணம், நறுவிசு இனி ஒரு பெண்ணிற்கு வருமா? எங்கப்பா எனக்காகப் பத்து வருஷமா கல்யாணமே பண்ணிக்கலை; கனவுல கூட ரெண்டாம் கல்யாணம் பத்தி நினைக்க மாட்டார். உங்களுக்குத்தான் இந்தக் குயுக்தி எல்லாம்" என சரமாரியாக வெடித்தாள். ஈஸ்வர் அதற்குமேல் அவளிடம் விவாதிக்கப் பயந்து வாய்மூடி மௌனியானான்.

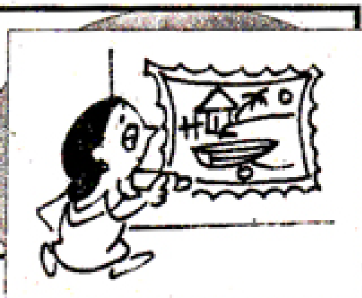
அன்று இரவு "டைனிங்" டேபிள் இரண்டு பட்டது. அனுபமா ஈஸ்வருக்கிடையே கடும் விவாதம்.

"ஒரு பெண் ஆத்மார்த்தமான கலை உணர்வுடன் "ஸெல்ஃப் நியூட்" படம் வரைந்தால் அதை இவ்வளவு குறுகிய கண்ணோட்டத்துடன் விவாதிக்கக் கூடாது. பெண்களைக் கட்டுப்பெட்டிகளாக என்றும் முட்டாள் சமூகம் இத்தகைய எழுச்சிகளைப் புரிந்து கொள்ளாததில் அதிசயமில்லை" அனுபமா கடக்கடப் பொரிந்தாள்.

"நானும் நீயும் கலை நோக்குடன் பார்க்கலாம் அனு... அந்த 'ஆர்ட் காலரி'க்கு வர்ற ஒவ்வொரு மனிதனும் அதை மனவக்கிரத்துடன் ஆராயவில்லை என்று கூற முடியாது. ஒரு "க்யூரியாசிடி"தான் அவர்களை அங்கே

ஹாலில் ஒன்றிரண்டு போஸ்டர்கள் ஒட்டியிருப்பீர்கள். உங்களுக்குப் பிடித்த போஸ்டரைச் சுற்றி கலர் லேஸ்(மெலிது) பெவிகால் கொண்டு ஒட்டிவிடுங்கள். 'இத்தனை அழகா?' என்று வியப்பீர்கள்.

- கி. மஞ்சுளா



நீங்கள் செலவிடும் பணத்திற்கு முழு மதிப்பு!



புகழ்வாய்ந்த ஆரோ.ஃபுட்ஸின் சுவையான தயாரிப்புகளை போலவே அதிநவீன விஞ்ஞான முறையில் தயாராகிறது "ஆரோலா" சூரியகாந்தி எண்ணெய். 100 % சுத்திகரிக்கப்பட்டது, கொழுப்பு, காரல் நீக்கப்பட்டது. சுவை, சிக்கனம், சுத்தம், சுகாதாரம் அனைத்தும் ஒருங்கே கொண்டது. ஆரோலாவை ஒரு முறை சுவைத்தால் வேறெந்த சூரியகாந்தி எண்ணெயும் நினைவில் நிற்காது.

வியாபாரிகள் கவனத்திற்கு

உங்கள் வாடிக்கையாளர்கள் கொண்டு வரும் காலி ஆரோலா பாக்கெட்டை பெற்றுக்கொண்டு அவர் மீண்டும் வாங்கும் ஆரோலாவிற்கு ரூபாய் 3 தள்ளுபடி செய்து கொடுக்கவும்.

இந்த அறிமுகச் சலுகை 30/06/96 வரை தமிழ் நாடு மற்றும் பாண்டிச்சேரியில் மட்டுமே.

ரூ.3 /- தள்ளுபடி

சுவையின் சிகரம் - கொலஸ்ட்ராலின் எதிரி ஆரோலா!

நல்ல உறக்கத்திற்கு KFC மெத்தைகள்

உங்கள் உடல் ஆரோக்கியமாகவும், வலிமையுடையதாகவும் முதுகு வலியின்றி நல்ல புத்துணர்ச்சியுடன் தூங்கி எழுந்திருக்க எங்களது KFC மெத்தைகளை வாங்கிடுவீர்.



எங்களிடம்

- KFC காயர் மெத்தைகள்,
- KFC காயர் ஃபோம் மெத்தைகள்
- KFC ரப்பர் ஃபோம் மெத்தைகள்

மற்றும் சொகுசான தலையணைகளும் சோபா குஷன்களும் கிடைக்கும். இவையனைத்தும் தரமானது. நீடித்து உழைக்கக் கூடியது.

ஹோட்டல், லாட்ஜ், ஆஸ்பத்திரி, நர்ஸிங் ஹோம் மற்றும் இல்லத்திற்கு தேவையான மெத்தைகளும் கிடைக்குமிடம்

அணுக வேண்டிய முகவரி :

Karnataka Foam & coir Company

133, Pycrofts Road, Royapettah,
Madras - 600 014.

Ph : 8526622, 8523389, 830199, 831929.

எல்லா வகையான மெத்தைகளுக்கும் உத்தரவாதம் உண்டு.
Free டெலிவரி உண்டு. 3 ஆண்டுகளுக்கு ஒருமுறை சர்வீஸ் செய்து தரப்படும்.



என் தோழி தலையில் வைத்திருந்த பூச்சரம் எல்லோர் கவனத்தையும் ஈர்த்துவிட்டது. சிவந்த கனகாம்பரமும் நல்ல நீல டிசம்பர் பூவையும் மாற்றி மாற்றித் தொடுத்திருந்தாள். மாய்ந்து போய்விட்டேன் அந்தக் கவர்ச்சியில்!

- கே. ஐசுவர்யா

உந்துகிறது. ஒரு சிலரைத் தவிர நுணுக்கமான கலை உணர்வுடன் விஷயத்தை ஆராய்பவர்கள் மிகக் குறைவு...'' ஈஸ்வர் விடாமல் வாதாடினான்.

அவர்கள் விவாதம் உண்டாக்கிய எரிச்சல் மட்டுமில்லை... சிவராம் அனுபமாவை வியப்புடன் கண்கொட்டாமல் பார்ப்பதும் தான் ரூபாவிற்குப் பிடிக்கவில்லை. இரண்டு ஆண் பிள்ளைகளுக்கு நடுவில் ஒரு பெண்; எவனோ போட்ட நிர்வாண ஓவியங்களைச் சிலாகித்து வெட்கமின்றி விவாதிப்பது தவறு என உள்ளூரச் சினந்து கொண்டாள்.

அன்றிரவு ஈஸ்வரைக் குடைந்தாள். "போறும் உங்க அனு... இப்படி வேண்டாத பேச்சுப் பேச என் டைனிங் டேபிள்தானா அகப்பட்டது. எனக்கு வெட்கத்துல உடம்பே கூசிட்டது..." என்றாள் ரூபா.

"ஹூம்... உங்கப்பா பண்ணின பெரிய மிஸ்டேக் உன்னை ஏதோ பட்டிக்காட்டுலே இருந்த பாட்டிகிட்ட வளர விட்டதுதான். ஓல்ட் ஸ்கூல் ஆஃப் தாட்ஸ்."

"போறும் எங்க பாட்டியை இழுக்காதீர்கள். வெட்கம் மானத்தோட வளர்த்த அவளைக் குத்தம் சொல்லாதீர்கள்.... நீங்களும் உங்க நாசமாப் போன முற்போக்குக் கொள்கைகளும்..." ரூபா வெடித்தாள்.

"நிதானம் ரூபி, அனுவைக் கண்டால் ஏன் பற்றி எரிகிறாய்? அவ ஒரு ஜீனியஸ்...!"

"புண்ணாக்கு... ஒரு வாய் சமைத்துப் போட முடியுமா?" ரூபா கேலியாகக் கூறினாள்.

"சில சமயம் நீ சின்ன பாப்பா போலப் பேசுகிறாய் ரூபி. அவ சமைச்சா வாசனையும் ருசியும் நம்மை மயக்கிவிடும். அவ ஒரு கைதேர்ந்த "இன்டீரியர் டெகரேட்டர்". டெல்லில அவ நெருங்கிய சிநேகிதர்கள், உறவு மனுஷா எல்லாம் இவளை யோசனை கேட்க வருவா" ஈஸ்வர் புன்சிரிப்புடன் கூறினான்.

"இவ்வளவு தகுதிகளை பாரமா சுமக்கிறவளை ஆம்படையான் ஏன் விட்டுவிட்டுத் தலைதெறிக்க ஓடினான்?" ரூபா நையாண்டி செய்தாள்.

"தாழ்வு மனப்பான்மை; அவ டாக்டரேட் வாங்கியவள்; நன்றாகச் சமைக்க, பாட, ஆடத் தெரிந்தவள். இவ்வளவும் அவனை நிம்மதியாக இருக்க விடவில்லை... இவள் மனம் நோக அடித்திருக்கிறான்."

"இதெல்லாம் உங்க கட்டுக்கதை... இவ அடங்காப்பிடாரி. இப்படி வெட்கம் மானமில்லாம விவாதம் பண்றவளை எந்த மானமுள்ள ஆண் மனைவியா நினைப்பான்?" ரூபா விடாமல் குத்தினாள்.

"ஓ... கே, நீ தூங்கு" ஈஸ்வர் கொட்டாவி விட்டான்.

அனுபமா 'ட்யூட்டி'யில் சேர்ந்ததும் தற்காலிகமாக அங்கே சில நாட்கள் தங்கினாள். ரூபாவின் குணமறிந்து ஈஸ்வர் அவளுக்குச் "செம்பூரில்" ஒரு ரூம் சமையல் அறையுடன் ப்ளாட் ஏற்பாடு செய்து கொடுத்தான். அனுபமா வந்து போய்க் கொண்டு இருந்தாள். ரூபாவிற்குக் குழந்தை லல்லுவிற்கு ஏதேனும் வாங்கி வருவாள்; ரூபா வெளிக் காண்பிக்காமல் அவள் வரவை விரும்பாமல் மறுகினாள்.

அன்று ரூபா சற்று உற்சாகமாய் வீட்டின் அமைப்பை மாறுபடுத்தி அலங்காரம் செய்து கொண்டிருந்தாள். "காஸெட்டில்" அவளுக்குப் பிடித்த எம். எஸ். மீரா பஜன்; கள்ளக் குரலில் கூடவே பாடியபடி ஓடியாடிய பொழுது வந்தாள் பாமா... ஈஸ்வரின் அத்தைப் பெண்; உள்ளூரில் இருப்பதால் அடிக்கடி வந்து போவாள்.

"வாங்கோ... உட்காருங்கோ" ரூபாவிற்கு அவளிடம் நேசம் உண்டு. இருவரும் ஒரே ஒத்த உணர்வுகளை உடையவர்கள் என்பதால்.

"என்ன ரூபா... கேட்கறேன்னு நினைக்காதே. அந்த அனுபமா எப்ப டெல்லிலேர்ந்து வந்தா? உங்கப்பா கூட அவ்வளவு பழக்கமா?" என பாமா தொடங்கியதும் ரூபாவிற்குப் பகீரென்றது.

"என்ன சொல்றீங்க, அப்பாவா?" ரூபா திகிலுடன் கேட்டாள்.

"ஆமாம் ரூபா. எனக்கே ஆச்சர்யமா இருந்துது. எங்க ஹஸ்பெண்ட் இவங்க ரெண்டு பேரையும் "மெட்ரோ" தியேட்டர்ல பார்த்தாராம். அனுவை ஒரு மாதிரி தெரியும்... உங்கப்பாவோட நல்ல பழக்கம்... ரொம்ப அதிசயமாப் போச்சு எங்களுக்கு" என விவரித்தாள்.

ரூபாவின் வயிறு கலங்கியது; ஒன்று வெட்ட பூதம் போல் இந்த அனுபமாவின்

வரவு இப்படிக் கோளாறாகி விட்டதா? அன்றிரவு ஈஸ்வரைத் திக்குமுக்காடச் செய்து விட்டாள்.

"என்ன அநியாயம் இது... பரமசாதுவா இருந்த அப்பா இந்த கேடு கெட்டவளுடன் ஊர் சுற்றுகிறாரா? எனக்கு நாக்கைப் பிடுங்கிக்கலாம் போல இருக்கு" என வீறிட்டாள்.

"ஷ்... ரூபி இப்ப என்ன நடந்து போச்சுன்னு குதிக்கறே... உன் அப்பா சின்னப் பையனா, அவர் பொறுப்பில்லாம நடந்துப்பாரா?" ஈஸ்வர் சாடினான்.

"நல்லாயிருக்கு உங்க வாதம்... குடி முழுகித்தான் போச்சு. பேத்தி எடுத்தப்புறம்... வாழா வெட்டி பொண்ணோட திரிஞ்சா கேவலமில்லை...?"

"ஸ்டாப் இட் ரூபி... உன் கண்ணோட்டம் ஏறுமாறாக இருக்கிறது. முதல்ல உங்கப்பாவைக் குற்றவாளியாக வாழ்க்கையை அனுபவிக்கக் கூடாத பரதேசியா எண்ணாதே. அவர் ஒரு சராசரியான மனுஷன்... அவருடைய விருப்பு வெறுப்புகளை மதிக்கக் கத்துக்கோ..."

"எல்லாம் உங்க ஏற்பாடுதானா...? உங்க அருமை அக்காவை யார் தலையிலாவது கட்டணும்னு எங்கப்பாவைப் பிடித்துக் கொண்டீர்களா?"

"உன் மர மண்டைக்கு மனிதனின் மெல்லிய உணர்ச்சிகள் புரிபடாது ரூபி... உங்கப்பா சின்ன வயசுல உன்னோட இதே "மென்டல் ப்ளாக்" காரணமாகத்தான் தன் உணர்ச்சிகளை அடக்கி மறுமணமே செய்துக்காம இருந்திருக்கிறார் போலிருக்கு..."

"உளறாதீர்கள்... எங்கம்மா மேல உசிரை வச்சிருந்தார் அப்பா.... அவ நினைவை மறக்க முடியாம இன்று வரை தூய்மையா இருந்திருக்கிறார்; உங்க சகவாசம் அவரைக் கெடுத்திருக்கு" ரூபா புலியாக உறுமினாள்.

"ரூபி, 'உங்கம்மா காம்ப்ளெக்ஸை' முதல்ல நிறுத்து. அவரைப் போட்டு வறுத்தெடுத்திருக்கிறாய். அவர் உங்கம்மா மீது உசிராக இருந்தவர்தான்; ஆனால் சில வருடங்களுக்கு அப்புறம் அவர் உணர்ச்சிகளும் ஒரு சராசரி மனிதனைப் போல அலைக்கழித்திருக்கிறது. நீயானால் அவரைக் கிழவனாகிவிட்டாய்; உன்னிடம் பேசவே பயப்படுகிறார். என்னிடம் அவர் வெளிப்படையாகப் பழகியதனால் அவரை நன்கு புரிந்து கொண்டேன். உனக்கு நல்ல வாழ்க்கை அமைத்துக் கொடுத்த தகப்பனாரை தூஷிக்காதே. அவர் தனிமையை, தாபங்களைப் புரிந்து கொள். கடைசியாகச் சொல்கிறேன்; நல்ல காலம் அனுவும் உங்கப்பாவும் ஒருவரையொருவர் புரிந்து கொண்டு பழகுகிறார்கள். அடுத்த மாதம் ரிஜிஸ்தர் விவாகம் நடக்கும். நீ இப்படி ஆங்காரக் கூச்சல் போட்டு அந்த நல்ல மனிதரை வாட்டி வதைக்காதே; குற்ற உணர்ச்சியைத் தூண்டி மறுகச் செய்யாதே. உன் அம்மாவிற்கு அவர் எந்தத் துரோகமும் செய்யவில்லை" ஈஸ்வர் மூச்சு வாங்கக் கொட்டிவிட்டான்.

"நாசமாப் போச்சு... கல்யாணமா பண்ணிக்கப் போறாங்க... ஐயோ ஊர்க்காரா, உறவுக்காரா கைகொட்டிச் சிரிப்பா..." ரூபாவிற்கு அழுகை பொத்துக் கொண்டு வந்தது.

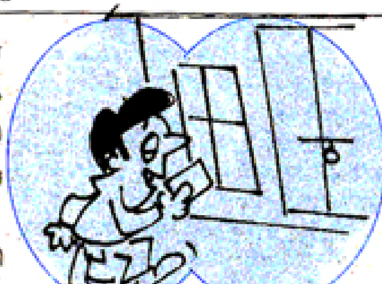
"நீயும் உன் கைகொட்டிச் சிரிக்கிற ஊர்க்காரர்களும்; வெறும் வட்டம், சதுரம், முக்கோணம் இந்தப் பரிணாமங்களையே சுற்றி வந்த உங்களுக்கு வித்தியாசமான பல முக பரிணாமங்கள் விசித்திரமாகப் படும்... நீ உன் கொள்ளு என்ளுப் பாட்டி மாதிரி கூரை வீட்டில் விறகடுப்பிலா சமைக்கிறாய். அவர்களைப் போல விழுந்து விழுந்து ஆசாரமாகப் பூஜை புனஸ்காரம் என்றா செய்கிறாய். எதுவுமில்லை, காலப்போக்கில் இவை மாறியது போல; இதுவும் ஒரு மாற்றம். ப்ளீஸ், உன் பழஞ்சோற்று வாதங்களை வைத்து தனி மனிதரான உங்கப்பாவை ஆசை அபிலாஷைகள் இல்லாத தாத்தாவாக மட்டுமே ஆக்கி மனம் குறுகி புழுங்கச் செய்யாதே."

"தெரியும் எனக்கு அப்பவே தெரியும். என்னை மட்டம் தட்ட எங்கப்பாவைப் பைத்தியமாக அடித்திருக்கிறீர்கள். உங்க அனுபமா நாசமாய்ப் போவாள்... உருப்படவே மாட்டாள்... சாகசக்காரி..." ரூபாவின் புலம்பல் தொடர, ஈஸ்வர் பெருமூச்சுடன் கண்களை மூடிக் கொண்டான்.

ரூபாவின் ஆங்காரத்திலிருந்து அவர்களைக் காப்பாற்றி எப்படி நல்லபடியாக வாழவைப்பது என மனம் திட்டம் போடத் துவங்கியது.

உறவினர் வீட்டுக்கோ, நண்பர்கள் வீட்டுக்கோ சென்றால், அவர்கள் வீட்டில் யாரும் இல்லாத பட்சத்தில் நமது விசிட்டிங் கார்டில் தேதியிட்டு உள்ளே போட்டுவிட்டு வந்தால், நாம் வந்து சென்ற செய்தி அவர்களுக்குத் தெரியும்.

- போரூர் சீதாலக்ஷ்மி



THE FAMOUS MONEY MAGNET

(Kubera Danagarashana Yenthra Raksha)

WOULD YOU LIKE MORE MONEY?
ARE YOU HAPPY WITH YOUR FINANCIAL POSITION?
DO YOU EVER SEE THINGS THAT YOU WOULD LIKE TO BUY,
BUT CANNOT REALLY AFFORD ?
DO YOU WANT TO BE SURROUNDED BY PROSPERITY AND WEALTH
This could be the chance to solve all your money Problems.

ORDER NOW



Every single one will be individually prepared by Thetiyur V. Mahadevan using the traditional methods and full techniques which have made him famous. Enclosed DD. Rs 1500/- FOR YENTHRA Rs 750/- for RAKSHA Payable at MADRAS, Overseas Members send 300% extra

FOR EVER

TO solve all your Problems Consult / Write to World Famous Astrologer Occultist Thetiyur V.Mahadevan with 150/-

All Yenthras / Rakshas available. Rates on request.

SWAYAMVARALAYA

18, Station road, West Mambalam, Madras - 600 033. PHONE-425822, 4846427.

வெற்றி அணிவகுத்து வர அஸ்திவாரமிடும் சப்தகிரி.

மத்திய அரசால் "நிதி" நிறுவனம் என்ற அங்கீகாரத்தை பெற்றுள்ளது.



- **பென்ஷனர் நல வாழ்வு திட்டம்.**

  குறைந்த பட்ச முதலீட்டுத் தொகை ரூ. 10,000

  ஓராண்டு வட்டி விகிதம் **20%**

  வட்டிக்குரிய காசோலை முன்னதாகவே அளிக்கப்படும்.

  ஓய்வூதியம் பெறுவோர், விதவைகள் மற்றும் ஊனமுற்றோர் இத்திட்டத்தில் சேர்ந்து பயன் பெறலாம்.

- **SSP மறு முதலீட்டுத் திட்டம்.**

  உங்கள் முதலீடு 42 மாதங்களில் இரு மடங்காகிறது.
  (குறைந்த பட்ச முதலீடு ரூ. 1000)

ஸ்ரீ சப்தகிரி

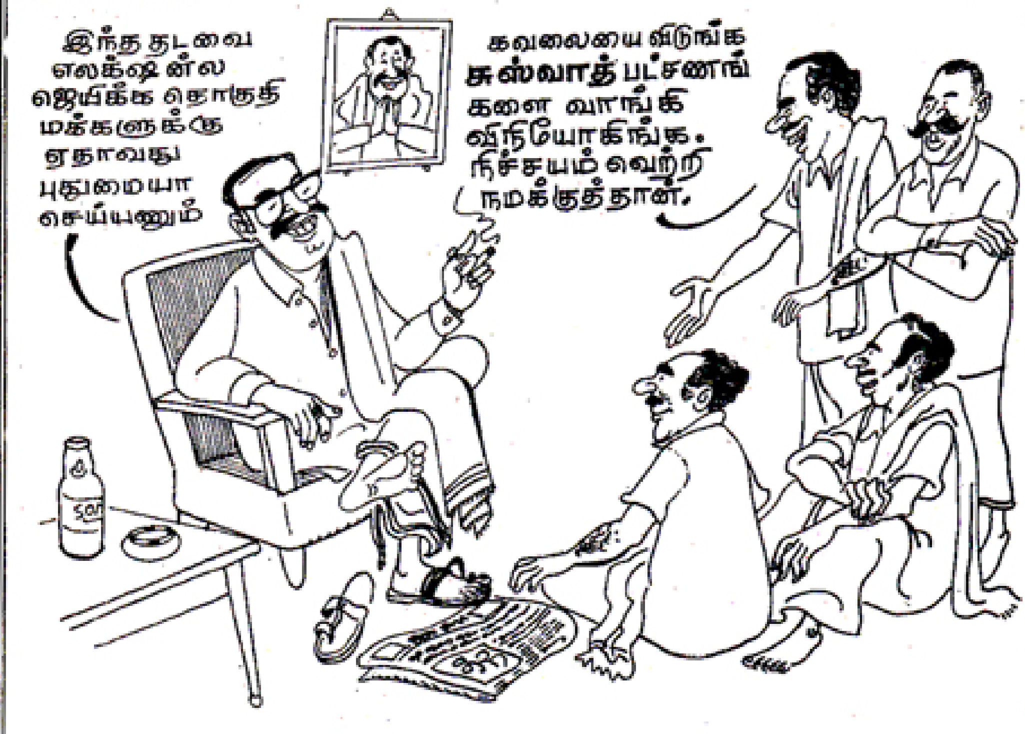
பர்மனெண்ட் பண்ட் லிட்.

(CENTRAL GOVT. APPROVED "NIDHI" COMPANY)
FULLY COMPUTERISED & AIR CONDITIONED

*. Transactions with Shareholders only

200, புரசைவாக்கம் ஹை ரோடு, சென்னை- 600 007. (ஹோட்டல் கார்டன் எதிரில்) போன் : 6426595

சப்தகிரியின் பாதை - செழிப்பிற்கு பாதை



கல்யாண ஸ்வீட்ஸ், சீர்முறுக்கு, சீர்வரிசை பட்சணங்கள் எவ்வளவு தேவை ஆனாலும் அர்ஜெண்ட் ஆர்டர் பேரில் தயார் செய்து தருகிறோம்.

- சுத்தமான நெய்யில் தயாராகும் ஸ்வீட் வகைகள்
- சுத்திகரிக்கப்பட்ட, கொலஸ்ட்ரால் தொல்லை இல்லாத தாவர எண்ணெயில் தயாராகும் கார வகைகள்
- அதிகப்படியான எண்ணெய் அகற்றப்படுவதால் நீண்டநாள் கெடாமல் இருக்கும் தென்னிந்திய பட்சணங்கள் (Free of Oil)
- Instant இட்லி மிக்ஸ், தோசை மிக்ஸ், அடை மிக்ஸ், வடை மிக்ஸ், புளியோதரை மிக்ஸ் etc.

OUR SPECIALITIES :

- புழுங்கலரிசி கைமுறுக்கு, தட்டை, சீடை மிக்ஸர் (Free of Oil) etc.
- மைசூர் பாகு, போளி, லட்டு, கோதுமை அல்வா, etc.
- Nitrogen filled packing for a longer shelf life.

SUSWAAD

The Delicious Home made Sweets and Savouries

1/2, Venkatraman Street,
(Near Kasi Arcade, Pondy Bazaar),
T. Nagar, Madras - 17.
Ph : 8232678

Also Available at :

C/0. Unique Electronics
160, Royapettah High Road,
Mylapore, Madras - 4.
Ph : 4992190

EXPORT ORDERS & ENQUIRIES FOR TECH. KNOWHOW SOLICITED.

விடுமுறையில் ஒரு விளையாட்டுக் கணக்கு

சிறுவர், சிறுமியர் விடுமுறையில் பின்வரும் 'மேஜிக் கணக்கு மூலம்' உங்கள் நண்பர்களை அசத்தலாம்.

உங்கள் நண்பர்களை ஒரு புதிய தீப்பெட்டியிலிருந்து உங்களுக்குத் தெரியாமல் சில குச்சிகளை அப்புறப்படுத்தி விட்டுக் கொண்டுவரச் சொல்லுங்கள். உங்கள் முதுகுப்புறம் உட்கார்ந்து குச்சிகளை எண்ணச் சொல்லுங்கள். (இந்த வித்தையின் கடைசி கட்டம் தவிர இடையில் உங்களுக்கு எந்த கட்ட எண்ணிக்கையும் தெரியவே கூடாது என்று எச்சரியுங்கள்.) குச்சிகளை எண்ணியபின் என்ன செய்ய வேண்டும் என்பதை ஓர் உதாரணம்



மூலம் விளக்குங்கள். 54 குச்சிகள் இருந்தால் (5+4=) 9 குச்சிகளை அவர்கள் பெட்டியிலிருந்து எடுத்துவிட வேண்டும். 43 குச்சிகள் இருந்தால் (4+3=7) ஏழு குச்சிகளை அகற்றிவிட வேண்டும்.

இனி வருவதுதான் 'மேஜிக்'கின் முக்கிய கட்டம். பெட்டியிலிருந்து 1 முதல் 8 வரை ஏதாவது ஓர் எண்ணிக்கையிலான குச்சிகளைத் தங்கள் விருப்பம் போல் எடுத்து ஒளித்து வைக்கச் சொல்லுங்கள்.

பெட்டியை வாங்கி நீங்கள் அதிலுள்ள குச்சிகளை எண்ணியவுடனே அவர்கள் (கடைசியாக) எடுத்து மறைத்து வைத்தவைகளின் எண்ணிக்கையைச் சரியாகச் சொல்லிவிட முடியும். ஆரம்பத்திலோ அடுத்த கட்டங்களிலோ எவ்வளவு என்பது அறவே தெரியாத நிலையில் கடைசியில் எஞ்சியவைகளை எண்ணினால் மட்டும் விருப்பம் போல் ஒளித்த தன் எண்ணிக்கையை எப்படிச் சொல்லிவிட முடியும் என்று அவர்கள் வியந்து போவார்கள்.

இரகசியத்தை உங்களுக்கு மட்டும் சொல்கிறேன். 10 லிருந்து 99 வரை எந்த எண்ணின் இரு இலக்கங்களையும் கூட்டி அதே எண்ணிலிருந்து கழித்தாலும் வரும் விடை 9 ஆல் மிச்சமின்றி வகுபடுவதைக் காணலாம். (உம். எண் 68. இலக்கங்களின் கூட்டு 6 + 8 = 14. 68 - 14 = 54. இது 9 இன் 6வது மடங்கு. இதுபோலவே விடை எப்பொழுதும் 9 இன் மடங்காகவே இருக்கும்.) இந்தக் கணித விதிதான் உங்களுக்கு உதவுகிறது.

நீங்கள் பெட்டியை வாங்கி எண்ணும் போது அதில் 38 குச்சிகள் இருப்பதாக வைத்துக் கொள்வோம். 9 இன் அடுத்த மடங்கு என்ன? (9 x 5 =) 45 அல்லவா? அதற்கு (45 - 38 =) 7 குச்சிகள் தேவை. எனவே ஒளித்து வைத்தவை 7. (22 குச்சிகள் இருந்தால் 9 இன் அடுத்த மடங்கு 27. 5 குறைகிறது. எனவே மறைத்தவை 5. இவ்வாறே) செய்து காட்டுங்கள். விடை காணும் முறையை நீங்களாக விளக்கும்வரை எப்படிச் சொல்கிறீர்கள் என்று பெரியவர்களுக்குக் கூட ஆச்சரியமாகவே இருக்கும்.

- அ. ஷண்முகசுந்தரம்



* SILENCE OF THE LAMPS

தமிழ்ப் படங்களைப் பற்றிய ஒரு குற்றச்சாட்டு உண்டு. கதாநாயகிகள் இயற்கையாகவும், அறிவுபூர்வமாகவும் சித்தரிக்கப்படுவதில்லை என்பதுதான் அது. ஒன்று அவர்கள் டூயட் பாட மட்டுமே ஜென்மமெடுத்த ஷோ-கேஸ் பொம்மைகள். அல்லது (விஜயசாந்தி டைப்) அடிதடி ராணிகள். இரு பிரிவுகளிலுமே அடங்கும் பெண்களின் எண்ணிக்கை நிஜவாழ்வில் குறைவுதான். அப்படியிருக்க திரையில் மட்டும் ஏன் இந்த நேரெதிர் நிலை? காரணத்தைக் கேட்டால் இயக்குனர்களும், ரசிகர்களும் ஒருவரையொருவர் சுட்டுவிரலை நீட்டுகின்றனர். சமீபத்தில் வெளியான ஆங்கிலப் படங்களில் இந்தப் போக்கு எப்படி இருக்கிறது என்று பார்ப்போமா?

சர்வதேச அளவில் கூட திரைப் படங்களில் கதாநாயகி பாத்திரத்துக்கு உரிய அங்கீகாரம் அளிக்கப்படுவதில்லை என்ற கருத்து இருக்கிறது. பொதுவாகப் பார்த்தால் பாக்ஸ் ஆபீஸ் சூப்பர் ஹிட் என்று சொல்லக் கூடிய படங்களில் பெரும்பாலானவற்றில் முக்கிய பங்கு வகிப்பது எந்தக் குறிப்பிட்ட பாத்திரமும் அல்ல. அதன் தொழில் நுட்பம்தான். ஜுராசிக் பார்க், வாட்டர்வொர்ல்ட், டெர்மினேட்டர் இவை சில உதாரணங்கள்.

மற்ற படங்கள் எப்படி? அலசிப் பார்க்க அளவுகோலாக நாம் எடுத்துக் கொண்டது சமீபத்தில் பார்த்த சில ஆஸ்கார் அங்கீகாரம் பெற்ற ஆங்கிலப் படங்கள்.

இரு ஆண்டுகளுக்கு முன் சிறந்த படமாக ஆஸ்கார் தேர்வு பெற்றது 'ஷிண்ட்லர்ஸ் லிஸ்ட்'. பிரபல இயக்குனர் ஸ்பீல்பெர்க்கின் கைவண்ணம். நாஜிக்கள் யூதர்களுக்குச் செய்த கொடுமைகளை அழுத்தமாகச் சுட்டிக் காட்டிய படம். நாஜியாக இருந்தாலும் பல யூதக் குடும்பத்தைக் காப்பாற்றிய ஷிண்ட்லர்தான் இதன் கதாநாயகன். அழுத்தமான சித்தரிப்பு இருக்கட்டும், ஓரளவு முக்கியத்துவம் கூட இந்தப் படத்தில் எந்தப் பெண் பாத்திரத்துக்கும் கொடுக்கப்படவில்லை.

சென்ற ஆஸ்கார் தேர்வு 'ஃபாரஸ்ட் கம்ப்' என்ற படம். நிஜத்திக்





வாழ்ந்த ஒருவனைப் பற்றியது இது. போதிய மூளை வளர்ச்சி பெறாதவன் கதாநாயகன். என்றாலும் கால்பந்து விளையாட்டில் பெரும் தேர்ச்சி உண்டு. வியட்நாம் போரின்போது பலரும் மதிக்கத்தக்க ஒரு வீரனாகவும், வியாபாரத்தில் கைதேர்ந்தவனாகவும் கூட பின்னாளில் உருவாகிறான். பெண் பாத்திரங்களுக்கு? ஊஹூம். ஸ்கோப்பே இல்லை.

சமீபத்திய தேர்வு 'ப்ரேவ்ஹார்ட்'. இங்கிலாந்தின் அராஜக ஆட்சிக்கு எதிராக எழுந்த ஸ்காட்லாந்து புரட்சிவீரனான ராபர்ட் வாலஸ் பற்றிய உண்மைக் கதை இது. இரண்டு முக்கிய(?) பெண் பாத்திரங்கள். முதல் நாயகி, நாயகனோடு திருமணமான கையோடு எதிரிகளால் கொல்லப்படுகிறாள். இரண்டாமவள் இங்கிலாந்து மன்னனின் கையாலாகாத



* SPEED

மகனை மணந்து கொண்டவள். சமாதானப் பேச்சுக்காக வாலஸிடம் அனுப்பப் படுகிறாள். தான் வெறும் பகடைக் காயாக மட்டுமே பயன்படுத்தப்படுகிறோம் என்பதை அறிந்ததும் மாமனாரின் சதித்திட்டத்தை வாலஸிடம் உடைத்து விடுகிறாள். இறுதியில் சிறைப்பட்ட வாலஸிடம் "அரசரிடம் கருணை காட்டச் சொல். அப்போது ஒரேயடியாக வாவது தீர்த்து விடுவார்கள். மறுத்தால் கொஞ்சம் கொஞ்சமாகச் சித்ரவதை செய்வார்கள்" என்று கெஞ்சுகிறாள். மனிதாபிமானம், அறிவுக் கூர்மை ஆகியவை ஆங்காங்கே வெளிப்படும்படி இந்தப் பாத்திரம் அமைக்கப்பட்டிருக்கிறது. ஆனால் "நீ எதற்காக எனக்கு உதவி செய்தாய்?" என்று வாலஸ் கேட்கும் போது, "உன் பார்வை எனக்குள் ஏற்படுத்தும் கிளர்ச்சியால்தான்" என்று கூறி அவனிடம் தானாக தன்னை இழக்கும் போது விர்ரென்று கீழிறங்குகிறது அவளைப் பற்றிய இமேஜ்.

ஆக கடந்த மூன்று வருடத்து ஆஸ்கார் தேர்வுப் படங்களும் வெவ்வேறு விதங்களில் சிறப்பு பெற்றவை என்றாலும் கதாநாயகிகளைச் சித்தரித்த விதத்தில் எந்தவிதச் சிறப்பும் சேர்க்காதவை.

ஆனால் இதற்காக இவற்றின் இயக்குனர்களை குற்றம் கூறுவது அபத்தம் என்றே படுகிறது. காரணம் இவை சரித்திரப் படங்கள். குறிப்பிட்ட காலகட்டங்களில் பெண்களுக்கு அளிக்கப்பட்ட முக்கியத்துவம் அவ்வளவுதான். இதுபோன்ற 'கவசம்' மூன்று ஆண்டுகளுக்கு முன் சிறந்த ஆஸ்கார் படமாகத் தேர்வு பெற்ற 'சைலன்ஸ் ஆஃப் தி லாம்ப்ஸ்" படத்துக் ...க் கிடையாது. அது ஒரு சமகாலப் படம்.

இந்தப் படத்தின்

ஆஸ்கார் படங்களில் ஆணாதிக்கம் குறைவோ!

தொடக்கத்திலேயே கதாநாயகி (ஜோடி ஃபாஸ்டர்) மூச்சிறைக்க ஓடுகிறாள். பாறைகளில் ஏறி குதிக்கிறாள். வேறொன்றுமில்லை, பிரபல சர்வதேச உளவு நிறுவனமான எஃப்.பி.ஐ.யில் அவள் பெறும் பயிற்சியின் ஒரு பகுதிதான் அது. சக ஆண் பயிற்சியாளர்களை விட அவளுக்கு புத்தி கூர்மையும், திறமைகளும் உள்ளன என்று கூறி அவளை அந்த நிறுவன இயக்குனர் அங்கீகரிக்கும்போது, பெருகி வரும் பெண்களின் மனத் துணிவை திரைப்பட இயக்குனரும் அங்கீகரிப்பது தெரிகிறது. மனவக்கிரம் கொண்ட ஒருவன் இளம் பெண்களைக் கடத்திச் சென்று, கொன்று அவர்களின் தோலைக் கொண்டு உடை தைத்து அணியும் ஆசையைக் கொண்டிருக்கிறான்! இவனைப் பற்றிய ரகசியம் தெரிந்த ஒரே ஒருவர் மன நலமருத்துவர் ஒருவர். ஆனால் அவரே மனநலம் சரியில்லாது போய் கொடூரமான குற்றவாளி ஆகிவிட்டிருக்கிறார். இந்தக் கொடூரவாதிக்கும், அவரிடமிருந்து தகவல் பெற உளவு நிறுனத்தால் அனுப்பப்பட்ட கதாநாயகிக்கும் ஏற்படும் சந்திப்புகள்தான் படத்தின் முதுகெலும்பு. மெலோடிராமாவாகவும் இல்லாமல் அதீத ஆக்ஷனாகவும் இல்லாமல் அருமையாக நெய்யப்பட்டிருந்தது அந்தப் பாத்திரம்.

கதைக்களம் சமகாலத்தியதாக இருந்தால் கதாநாயகிக்கான பங்கு கணிசமாகவே இருக்கும் என்பதற்கு சாட்சி சொல்கின்றன சமீப மூன்று வருடங்களில் பல்வேறு பிரிவுகளுக்கான ஆஸ்கார் விருது பெற்றுள்ள திரைப்படங்கள்.

'டெட் மேன் வாக்கிங்' என்ற படம் குறிப்பிட்டுச் சொல்ல வேண்டிய ஒன்று. தூக்கு தண்டனை விதிக்கப்பட்ட ஒரு கைதியுடன் பழகிப் பல்வேறு உண்மைகளை வரவழைக்க வேண்டிய ஒரு கன்யாஸ்திரி பாத்திரம் (நடிப்பு-சூசன் சரண்டன்) படம் முழுவதும் அழுத்தத்தோடு கையாளப்பட்டிருக்கிறது.

குற்றம் சாட்டப்படும் ஒரு விஞ்ஞானியின் மனைவியாக சக்தி மிகுந்த வேடமொன்றை ஏற்று புகழ் பெற்றார் ஜெஸிகா லான்ஜ். படம்-"ப்ளூ ஸ்கை".

ஐம்பது கிலோ மீட்டருக்குக் குறைவான வேகத்தில் சென்றால் வெடித்து விடும் என்கிற வகையில் பஸ் ஒன்றில் வெடிகுண்டைப் பொருத்தியிருக்கிறான் தீவிரவாதி ஒருவன். இந்தத் திட்டத்தை முறியடிப்பது கதாநாயகன் தான் என்றாலும் கதாநாயகிக்கும் (சாண்ட்ரா புல்லக்) பரபரப்பான காட்சிகளில் முக்கியப் பங்கு அளிக்கப்பட்டிருந்தது. ஆபத்தை அறிந்து கொண்டதும் பஸ் பிரயாணிகள் (ஆண்கள் உட்படத்தான்) கலவரத்தில் தவறான வழிமுறைகளுக்குத் தாவ, முதலில் சுதாரித்துக் கொள்வதும், அபாயத்தை எப்படி அமைதியுடன் எதிர்கொண்டு வெல்லலாம் என்பதற்கான வழிகளைப் பின்பற்றுவதும் (பஸ்ஸை ஓட்டுவது உட்பட) நாயகிதான்.

பிரபல நோபல் இலக்கியவாதியான ஜேன் ஆஸ்டின் எழுதிய "சென்ஸ் அண்ட் சென்ஸிபிலிடீஸ்" என்ற கதையில் பெண் பாத்திரங்கள் நிறைய. இதன் திரைக்கதை ஆசிரியையான எம்மா தாம்ப்ஸனுக்கு ஆஸ்கார் விருது கிடைத்திருக்கிறது. (இரு வருடங்களுக்கு முன் சிறந்த நடிகையாகவும் இவர் ஆஸ்கார் பெற்றது நினைவிருக்கலாம்.)

ஆக தொழில்நுட்பத்தால் மக்களை மயக்கி விடலாம் என்கிற நோக்கில் தயாரான படங்களை விட்டு விட்டால், மற்றவற்றில் கதாநாயகிக்குப் பெரும்பாலும் முக்கியத்துவம் அளிக்கும் போக்கு சமீப காலமாகச் சற்றே அதிகரித்துதான் வந்திருக்கிறது. இதற்கான முக்கியக் காரணம் ஒன்றும் உண்டு. இவற்றில் அதிகமானவை புகழ்பெற்ற புதினங்களிலிருந்து திரைப்படமானவை. அச்சில் சம பங்கு வகித்த பெண் பாத்திரங்களின் அழுத்தம், நகமும் சதையுமாகத் திரையில் உலவும்போது பெரும்பாலும் மாறாமல் இருக்கின்றன.

-ஜி.எஸ்.எஸ்.



இட்லிக்கு ஜோடி!

சாதாரணமாக இட்லிக்குப் பொடி செய்வதைப் போலவே உ.பருப்பு, க. பருப்பு, மிளகாய் வற்றல் பெருங்காயம், கறிவேப்பிலை, உப்பு... இவைகளோடு சிறிது தேங்காய்த் துருவலையும், சிறிது வெள்ளை எள்ளையும் சேர்த்து வறுத்துக் கொள்ளவும். எல்லாவற்றையும் கலந்து 'பிறுபிறு'ப்பாக இடித்து வைக்கவும். இட்லிக்குத் தொட்டுக் கொள்ள இதற்கு இணை எதுவும் இல்லை!

–சுசீலா பொன்னுசாமி

குழந்தை இல்லையா?

காரணங்கள் - சிகிச்சைகள்

13-14 வயதிலேயே பல பெண்களுக்கு மாதவிடாய் கோளாறுகள் ஆரம்பித்து விடுகின்றன. இது Hormone Imbalance என்று அதிக ரத்தப் போக்கை நிறுத்தவும், இல்லாதவர்களுக்கு மாதாமாதம் வருவிக்கவும் தொடர்ந்து **'ஆர்மோன்' மாத்திரைகளை** சாப்பிட்டு வருபவர்கள் பல நூறுபேர்! இது தற்காலிகமான பலனே தருகிறது. மாத்திரைகளை நிறுத்தினால் மீண்டும் பழைய கோளாறுகள்தான். 'திருமணம் ஆனால் இது சரியாகிவிடும்' என்று அறியாமையில் அப்படியே விட்டுவிடுகிறார்கள் பலர். இந்த குறைபாடுகளை சிறுவயதிலேயே சரி செய்யாத பலருக்கு திருமணத்திற்குப் பின் குழந்தைப்பேறு என்பதே கேள்விக்குறி ஆகிவிடுகிறது. இக்குறைகளை நிரந்தரமாகச் சரி செய்ய அற்புதமான சித்த மருந்துகள் எம்மிடம் உண்டு.

இன்னும் கருப்பை வளர்ச்சி குறைவு, முட்டை உருவாகாமை, முந்திய, தாமதமான, கறுப்பான, கட்டிகட்டியான மாதவிடாய், கருக்குழாயில் அடைப்பு, கோளக்கட்டிகள், கருப்பை வீக்கம், கர்ப்பப்பை புண்கள், அடிக்கடி கருக்கலைவு (Cystic Ovaries, Bulky Uterus, Hypoplastic Uterus, Fallopian Tube Block, Cervicitis Endometriosis, Missed Abortion etc.) போன்ற பல கோளாறுகள் கருத்தரிக்க தடையாக உள்ளன. குழந்தை பெறும் முன்பே கருப்பையில் கட்டி (Fibroid) தோன்றி அதற்கு மருத்துவம் ஏதுமின்றி கருப்பையையே அகற்றிவிட வேண்டிய நிர்ப்பந்தத்தில் உள்ள பெண்கள் பலர் உண்டு.!

இந்த குறைகள் நீங்கி குழந்தைப்பேறு பெற வேண்டுமா? உங்களுக்கு உதவிட எமது 180 ஆண்டு பரம்பரை அனுபவம் பெற்ற சித்தர் மருத்துவ சிகிச்சைகள் உள்ளன. ஒவ்வொரு கோளாறுக்கும் தனித்தனி சிகிச்சை அளிக்கிறோம். இதுபோன்ற சிகிச்சை எங்கும் கிடைப்பது அரிது. 10-15 ஆண்டு பல வகை சிகிச்சைக்குப் பின் பெண்கள் 40 வயதளவில் வருவதைவிட ஆரம்பத்தில் வந்தால் விரைவில் பலன் பெறலாம். **உயிரணு இல்லாத ஆண்கள்:** (Azoospermia) ஆண்களின் குறைபாடுகளில் மிகவும் சிக்கலானதும் இன்று உலகளவில் மருந்தே இல்லை என்றும் பிறரிடம் உயிரணு பெறுதல் அல்லது தத்து எடுத்தல் இரண்டு மட்டுமே தீர்வு என்று கருதப்படும் இந்த கோளாறுக்கு வெற்றிகரமான சிகிச்சை எம்மிடம் உண்டு. இதற்கு வெறும் விந்து பெருக்கும் மருந்துகள் எத்தனை ஆண்டு சாப்பிட்டாலும் பலன் இல்லை. எமது சிகிச்சையினால் சமீபத்தில் பலனடைந்த இருவர் 1. Mr. S. சின்னதம்பி, 2. நரசிம்மன் (35) மாதவரம். (இவை Clinical Test) மூலம் உறுதி செய்யப்பட்டவை)

8 ஆண்டு மாதப்போக்கு கோளாறு குணமானது!

Miss. சித்ரா (வயது 25) சென்னை- இவருக்கு 8 ஆண்டுகளாக Hormone மாத்திரை சாப்பிட்டால்தான் மாதவிலக்கு வெளியாகி வந்தது. சாப்பிடாவிட்டால் வெளியாவது இல்லை. தொடர்ந்து மாத்திரை சாப்பிட்டதால் Ovary-ல் Cyst உருவாகி விட்டது. எமது 4 மாத சிகிச்சையில் இப்போது எல்லாம் சரியாகிவிட்டது. (இவர் நலன் கருதி முகவரி தவிர்க்கப்பட்டது).

30-40 நாள் நிற்காத இரத்தப்போக்கு

கருப்பை புண், கட்டி, வீக்கம் 30-40 நாட்கள் நிற்காத இரத்தப்போக்கினால் 40 வயதை நெருங்கும் பெண்கள் நூற்றுக்கணக்கான பேர் துன்பப்பட்டு வருகிறார்கள். இதற்காக அவசரப்பட்டு ஆபரேஷன் மூலம் கருப்பை அகற்ற தேவையில்லை. எமது மூலிகை மருந்தால் முழுமையாக குணப்படுத்துகிறோம். **கருப்பைக் கட்டி கரைந்தது** திருமதி கமலா (45) 23, ஜோசியர் தெரு, நுங்கம்பாக்கம், சென்னை-34. இவருக்கு 10.3 செ.மீ. அளவில் இருந்த கருப்பை கட்டி எமது சிகிச்சையால் கரைந்து விட்டது.

மார்பக கட்டி கரைந்தது

Mrs. P.D.லீலா (வயது 49) முகப்பேர், அண்ணா நகர், சென்னை. ஆசிரியையான இவருக்கு மார்பில் 1.5 செ.மீ. அளவு கட்டி தோன்றி தாங்க முடியாத குத்தல்-வலி இருந்தது. ஆபரேஷன்- ரேடியேஷன்- கீமோதெரபி இவைகளை விரும்பாமல் எமது சிகிச்சையை மேற்கொண்டார். 20 நாள் எமது சித்தர் குருமருந்து சிகிச்சையில் கட்டி முழுவதும் கரைந்து விட்டது! குத்தல் வலி ஏதும் இல்லை! (முழுமையான முகவரி வெளியிட இவர் விரும்பவில்லை). புற்றுநோய் தீராத நோய் அல்ல. கடைசி கட்டத்தில், வருவதைவிட கண்டுபிடித்தவுடன் எமது சிகிச்சை பெற்றால் குணம் அடையும் வாய்ப்பு அதிகம். கன்னம், மார்பகம், தொண்டை, கல்லீரல், கருப்பை, மலக்குடல், Thyroid அக்குள் கரப்பிகள், மூக்கு, நாக்கு, மூளை ஆகிய இடங்களில் வரும் புற்றுநோய்க்கு சிறப்பான சிகிச்சை செய்கிறோம். 20-நாளில் வலி நின்று விடுவதும், 45 நாளிலேயே குணமாகும் அறிகுறி தென்படுவதும் எமது மருந்துகளின் மகிமையாகும்.

மார்பகத்தில் கட்டியா? பெண்கள் மார்பகத்தில் குத்தல், வலியுடனோ வலி இல்லாமலோ பலவிதமான கட்டிகள் (Fibro Adenoma) வருவதுண்டு. இதில் சில ஆபத்தானவை அல்ல என்று கூறியபோதிலும், அதை கரைத்துவிட சரியான மருத்துவம் இல்லாமல், மாதாமாதம் Check-up செய்து கொண்டு வருபவர் பலர். சாதாரண கட்டி புற்றுகட்டியாக மாறும் வரை காத்திருப்பது அவசியம்தானா? எமது சிகிச்சையில் எளிதாக குணம் பெறலாம். பயத்துடன் நாட்களை கடத்த வேண்டாம்.

சிறுநீரக செயலிழப்பு : Dialysis / Operation தவிர்க்கலாம். *சிறுநீரகம் செயலிழந்தால் சில மாதங்கள் / ஆண்டுகள்* நீரைப் பிரிக்கும் மாத்திரைகள் அல்லது மாதம் ரூ. 8000 வரை செலவில் தொடர்ந்து Dialysis- கடைசி கட்டத்தில் சில லட்சம் செலவில் சிறுநீரக மாற்று ஆபரேஷன் என்று இவைகளை எமது சித்தர் மருந்துகளால் தவிர்க்கலாம்!



Dr. S. JEYARAM, M.A., M.A., PRAVEEN, HIMP, RMP

3000-க்கும் மேற்பட்ட சித்த மருத்துவ சுவடிகளை ஆராய்ந்தவர் மற்றும் ஆயுர்வேதம், யுனானி, ஹோமியோபதி ஆங்கில மருத்துவ முறைகளிலும் ஆழ்ந்த ஆராய்ச்சி உள்ளவர்.

நவோதயா சித்தர் மருத்துவமனை

21/2, அலமேலுமங்காபுரம், III-வது தெரு, மயிலாப்பூர் (குளம்)
சென்னை-4. (சாயிபாபா கோவில் பின்புறம்) 4940662. வீடு:8551258.

ஆலோசனை நேரம் : காலை 10 முதல் 1 மணி வரை, மாலை 5 முதல் 8 மணி வரை, ஞாயிறு காலை மட்டும்

தபால் / போன் / நேரில், தேதி-நேரம் குறித்துக் கொண்டுதான் வர வேண்டும்.

DEER BRAND COTTON SAREES

COOL KOVAI COTTON
FINE KORA COTTON
NICE TISSUE COTTON
BEST POLLACHI COTTON
A/C SUNGADI COTTON

EXCLUSIVE DEZINESS
EYE CATCHING COLOURS

Mfrs. : KASTHURI & CO.,
163, S.S.KOIL STREET,
POLLACHI - 642 001.
PHONE : 04259 – 27695, 23995, 28106

கண்ணாளன்
GROUP OF COMPANIES

வருமானத்தின் அதிக பங்கினை வாடிக்கையாளர்களுக்கு
வட்டியாக வழங்குகிறோம்.

21% வட்டி + 3% ஊக்கத் தொகை = 24%
(முதன் முறையாக பெனிஃபிட் ஃபண்டு சரித்திரத்தில்)
ரூ.25,000/- முதல் ரூ.5,00,000 வரை
சீட்டு குருப்கள் - எல்லா தரப்பினருக்கும் ஏற்ற வகையில்

KANNAALAN
KANNAALAN BENEFIT FUND LTD.
☆ CHITS ☆ FINANCE ☆ TRADE CREDITS ☆ CONSTRUCTIONS

Regd Office:- 17/A, Woods Road, 1st Floor, Royapettah Clock Towers, Madras-600002.
Ph : 8555488 / 8552973 / 8547764
Branch : 140/1C, 2nd Floor, Bells Road, Behind Chepauk Stadium, Madras - 600 005.

Worth your Trust — Truly!

நீங்களும் என்னைப் போல் வசதியாக வாழுங்கள்!

சுயதொழில் தொடங்கி இன்று வளமாக வாழும் ஒரு வாசகி எழுதுகிறார்—

ரொம்ப சாதாரண குடும்பம் எங்களுடையது. பொருளாதாரத்தில் உயர்வடைய என்ன செய்வது? யோசித்தேன். தமிழில் ஷேர் மார்க்கெட் பற்றி பலவித நூல்களை நான் வாங்கி வாசித்தேன். ஏனென்றால் எனக்கு ஷேர் மார்க்கெட் பற்றி இந்த புத்தகங்களை படிக்கும் வரை அவ்வளவாகத் தெரியாது.

சிறந்த பொருளாதார கருத்துக்கள், பணத்தை எவ்வாறு முதலீடு செய்யலாம்? பணத்தை எப்படி எல்லாம் விருத்தி செய்யலாம்? பணப் பற்றாக்குறை உள்ளவர்கள் என்ன செய்யலாம்? எதில் பணத்தைப் போட்டால் இரட்டையாக முதல் தேற்றலாம் என்ற அரிய யோசனைகள் அதில் கூறப்பட்டுள்ளன நமக்குள்ள சந்தேகங்களை நிவர்த்தி செய்கிறது. வியாபாரம், பணத்தொல்லை, லாபம் சம்பாதித்தல் இவை பற்றி அந்த பிரசுர நூல்கள் எடுத்துக்காட்டுகளுடன் கூறுகின்றன.

நானும் எனது குறைந்த முதலீடான ரூ.10,000ஐ ஷேர் மார்க்கெட்டில் சிறிது சிறிதாக கட்டி முதல் தேற்றினேன். இலாபமும் கிடைத்து வருகிறது. நல்ல கம்பெனி, நல்ல வியாபாரம் இவற்றில் பணத்தைப் போட்டால் வருமானம் வந்து கொண்டிருக்கிறது. மூலதனம் திரட்டுவது எப்படி? என்ற நூலை வாசித்தேன். அதில் கூறிய யோசனைப்படி முதலில் நம்பகமான எளிய ஷேர்களை சேர்த்தேன். ரூ.10, ரூ.20 ஷேர்கள் விற்றுத் தீர்ந்தன. முதலீடும் பெருகியது. அறிந்தவர் முதலில் எனக்கு உதவினர். லாபத்தைப் பங்கிட்டு செய்து திருப்பித் தந்தேன். அறியாதவரும் மேலும் சேர வாய்ப்புத் தந்தேன். நிறையப் பேசினேன். நிறைய உழைத்தேன். நண்பர்கள் பெருத்துப் போயினர்.

உதவியும், முதலும் கூடியது. பெரிய பங்குகளை வாங்கினேன். ரூ.50, ரூ.100, ரூ.200, ரூ.500 பங்குகள் பெருக்கினேன். முதல் பல மடங்கு பெருகியது. மோட்டார் பைனான்ஸ், போக்குவரத்துத் துறை, அஷோக்லேலண்டு, குவாலியர் டெக்ஸ்டைல்ஸ், தேசாய் டெக்ஸ்டைல்ஸ் போன்ற பெரிய நிறுவனங்களில் கூட சமயங்களில் ஷேர் விற்கப்படுகின்றன. எளிய நல்ல நிலையில் ஓடும் பல கம்பெனி தொழில்கள் உள்ளன. ஷேர் மார்க்கெட் நிலவரத்தைப் பற்றி நன்கு தெரிந்து கொண்டபின் லாபம் கண்டேன். எனது வறுமையும் ஓடியது.

ஓரளவு பணம் சேர்த்தபின் சீட்டு குரூப்புகள் ஆரம்பித்தேன். ரூ.25ல் ஒரு முதல் சீட்டு ஆரம்பித்தேன். 100 பேர் சேர்த்தேன். அலைச்சல். எளிய, நடுத்தர மக்கள், வேலையில் இருப்பவரைச் சேர்த்தேன். பலதரப்பட்ட மக்களைச் சந்தித்தேன். குறிப்பிட்ட நாளில் சீட்டுக் குலுக்கி பெயரும் எடுக்கப்பட்டது. ஒரு தொழில் நாணயமாக நடந்து வருகிறது. பங்கு மார்க்கெட்டிலும் பணம் வருகிறது. பலவித நாணயமான சீட்டு குரூப்புகளை கவனமுடன் நடத்துகிறேன். பணக்கஷ்டம் ஓடிவிட்டது. வளமான வாழ்வில் என்னைப் போன்ற ஏழைகள் நலம் அடைகின்றனர். ஏமாற்று இல்லை. திருட்டுத்தனம் இல்லை. வாக்கும், நேர்மையும், நாணயமும் என்னைக் காப்பாற்றி நற்பெயரை எங்கள் எல்லையில் தேடித் தந்துள்ளது. இதை எழுதக் கூட எனக்குக் காலமில்லை.

ஆனால் என்னைப் போல பலரும் பயனடையவே இதை எழுதுகிறேன். எழுதிவிட்டேனே தவிர இந்த வெற்றிகளைப நான் எளிதில் அடைந்துவிட வில்லை. உழைப்பு, உழைப்பு, மனந்தளராத கடின உழைப்புதான் வெற்றிகளை தேடித் தந்தது.

என்னுடைய வீட்டு நூலகத்தில் தொழில் நூல்கள் உள்ளன. வந்தவர் வாசிப்பார். பயனடைவர். இதை வாசிக்கும் நீங்களும் இம்மாதிரி சுயதொழில் நூல்களை தெரிந்து கற்று தொழில் தொடங்கி பயனடையுங்கள். தன்னம்பிக்கை, உறுதியுடன், துணிவே துணை என்ற சுலோகத்துடன் வாழ்வைத் தொடங்குங்கள். வெற்றி எதிரே, வெற்றி அருகே.

- ஏ.சுகந்தி



FOR THE LOVERS OF SUNGUDI SAREES

A FINEST SUNGUDI SAREE OFFERED TO OUR CUSTOMERS PAY A VISIT AND SEE THE COOL AND COMFORT OF

SAKUNTHALA SAREES

ALSO AVAILABLE

- RANI SAREES
- BENGAL COTTON SAREES
- BENGAL PRINTED PURE SILKS
- BATIK COTTON SAREES
- CHUDDIDAR MATERIALS (FINE & COLOURFUL BATIK DESIGNS)

MADURAI TEXTILES

2, SIVAPRAKASAM ROAD,
PONDY BAZAAR, MADRAS - 600 017
(NEAR AGASTHIYAR TEMPLE)

ஆயுர்வேதிக்

ஃப்ரஸ் 'ன்' ஹேர்

ஹெர்பல் ஹேர் ஆயில்



★ முடி கொட்டுகிறது என்ற கவலை ★ பொடுகு தொல்லையால் தலை அரிப்பு, புண், தலை எரிச்சல் ★ புழுவெட்டு நோயால் சொட்டை ★ இளமையில் நரை, செம்பட்டை ★ நீண்ட கரிய கூந்தல் இல்லையென்ற ஏக்கம் ★ ஆரோக்கிய மான அடர்ந்த கூந்தல் இல்லை என்ற கவலை. இவற்றிலிருந்து விடுதலைபெற இன்றே ஃப்ரஸ் " ன் " ஹேர் ஹெர்பல் ஹேர் ஆயில் உபயோகியுங்கள்.

★ இது ஒரு ஆயூர்வேதிக் தயாரிப்பு பல வருட பரிசோதனைக்குப்பின் உங்களை மகிழ்விக்க உங்கள் அபிமான கடைகளில் கிடைக்கிறது. ★ பக்கவிளைவுகள் இல்லை என டாக்டர்களால் சான்று உரைக்கப்பட்டது. ★ இதற்கென்று தனியாக எந்தவிதமான கலரும் சேர்க்கப் படவில்லை என்பது இதன் தனிச்சிறப்பு. ★ தற்போது 100 மிலி அளவுகளில் கிடைக்கிறது. நாற்றம் இல்லாமல் நறுமணம் நிரம்பியது. ★ உங்கள் கூந்தலை அழகுறச் செய்வதுடன் உங்கள் வீட்டின் டிரஸ்ஸிங் டேபிளையும் அழகுறச் செய்யும் வண்ணம் வடிவமைக்கப் பட்டுள்ளது.

CARS

Manufactured by: **MAS PRODUCTS, 3, Park Side Street, Lake Area, Madras - 600 034.**

ஸ்டாக்கிஸ்டுகள் இல்லாத ஊர்களுக்கு ஸ்டாக்கிஸ்டுகள் தேவை

திட்டமிட்ட விடுமுறையே சிறந்தது!



கோடையில்தான் குழந்தைகளுக்கு நீண்ட பள்ளி விடுமுறை கிடைக்கிறது. வெளியே தகிக்கும் வெயில் இருக்கும்போது வீட்டில் அவர்களை வைத்து சமாளிப்பது என்பது கஷ்டமான காரியம். ஒரு மாறுதலுக்காக அவர்களை வெளியூர்களுக்கு அழைத்துச் சென்றால் குழந்தைகளுக்குப் பொழுது போகும். புதிய இடங்களைச் சுற்றிப் பார்த்து தங்கள் பொது - அறிவை அவர்கள் அதிகப்படுத்திக் கொள்ளவும் புதிய மனிதர்களின் அறிமுகங்களால் அனுபவத்தைக் கூட்டவும் உதவுகிறது.

திடீரென்று நினைத்துக் கொண்டு இன்னொரு ஊருக்குக் கிளம்பு வதைவிட திட்டமிட்ட விடுமுறைதான் சுகமுள்ளதாகவும் சந்தோஷமானதாகவும் இருக்கும்.

முதலில் பார்க்க வேண்டியது உங்கள் பட்ஜெட். அதற்கேற்ற இடமாகத் திட்டமிடலாம்.

எந்த ஊர் என்பதை நிச்சயித்துக் கொண்டபின் அந்த ஊரிலுள்ள சீதோஷ்ணநிலை உங்களுக்கு ஒத்துக் கொள்ளுமா என்று யோசியுங்கள். ஆஸ்துமா தொந்தரவு உள்ளவர்கள் அதிகக் குளிர் உள்ள மலைப் பிரதேசங்களுக்குப் போவதால் நோயின் தீவிரம் அதிகரிக்கும். அதுபோலவே பொசுக்கும் வெயில் உள்ள இடங்களுக்குப் போனால் சுற்றிப் பார்க்கக் கூட முடியாது. 'வெப்ப ஜுரம்' போன்ற நோய் வந்து படுத்துக் கொள்ளவும் வாய்ப்பிருக்கிறது.

போக வேண்டிய ஊரைத் தேர்ந்தெடுக்கும் போது அங்கே சுற்றிப் பார்க்கத் தகுந்த சரித்திரப் பிரசித்தி பெற்ற கோட்டை அல்லது அரண்மனையோ இயற்கைக் காட்சிகள் மிகுந்த ரம்யமான சூழ்நிலையோ, படகுப் பிரயாணம் போகக் கூடிய ஏரிகளோ, காலார நடக்கக் கூடிய பூங்காக்களோ இருப்பவையாகவோ இல்லை கோயில்கள் அடங்கிய பழமை மிகுந்த க்ஷேத்திரங்களாகவோ இருத்தல் அவசியம். நாள் முழுவதும் வீட்டுக்குள்ளேயே அடைந்து கிடந்தால் போர்

'அடித்துப் போகும்.

இடத்தைப் பற்றி முடிவு எடுத்ததும் கவனிக்க வேண்டியது பயணச் சீட்டு. ரயில் பிரயாணம் என்றால் டிக்கெட்டு களை ஒரு மாதம் முன்னதாக ரிசர்வ் செய்து கொண்டுவிட வேண்டும். கடைசி நிமிஷத்தில் டிக்கெட் ரிசர்வேஷன் கிடைக் காமல் போக வாய்ப்பிருக்கிறது. உங்க ளைப் போலவே மற்ற குடும்பத்தாரும் விடுமுறைக்கு வெளியூர் செல்ல நினைக்க லாம் என்பதை மறந்து விடாதீர்கள். அடுத்து போகும் இடத்தில் எங்கே தங்கப் போகிறோம் என்பதை யோசிக்க வேண்டும்.

உறவினர் வீட்டில் தங்குவதானால் முன்கூட்டியே அவர்களுக்குத் தெரியப் படுத்தி சௌகரியத்தைக் கேட்டுக் கொள்ளுவது நல்லது.

கடிதம் கூடப் போடாமல் திடீரென்று குடும்பத்தோடு போய் நிற்பது மிகவும் அநாகரீகமான செயல். அது உங்களுக் குச் சௌகரியமாக இருக்கலாம். ஆனால் அவர்களுக்கு அசௌகரியமல்லவா?

இந்தக் காலத்தில் தண்ணீர்த் தட்டுப் பாடு, இடப் பிரச்னை, மின்வெட்டு, பால் கஷ்டம் என்று எத்தனை பிரச்னைகளை ஒரு குடும்பத் தலைவியானவள் சமா ளிக்க வேண்டியுள்ளது.'

நீங்கள் யார் வீட்டில் தங்க நினைக் கிறீர்களோ அவர்கள் அந்தச் சமயத்தில் ஊரில் இருப்பார்களா, இல்லை விடு முறைக்கு அவர்களும் வெளியூர் செல்ல விருக்கிறார்களா என்பதைத் தெரிந்து கொள்ளுங்கள். நீங்கள் போகிற அதே நேரத்தில் இன்னும் யாராவது விருந்தி னர்கள் அவர்கள் வீட்டுக்கு வரப்போகி றார்களா என்று தெரிந்து கொள்ளுவது அவசியம். ஆம் என்றால் நீங்கள் அங்கு தங்குவதைத் தவிர்த்து விடுதி எங்கா வது தங்க ஏற்பாடு செய்து கொள்ளலாம்.

விடுதிகளிலும் அறைகளை முன்னதா கவே தேதிகளை அறிவித்து புக்கிங் செய்து கொள்ள வேண்டும். 'விடுமுறை' கூட்டம் எல்லா இடங்களிலும் இருக்கும்.

அடுத்து கவனிக்க வேண்டியது பாக் கிங். நீங்களே எடுத்துச் செல்லக் கூடிய அளவில் ஜிப் பைகள், சூட்கேஸ்களைத் தேர்ந்தெடுக்கவும். அதில் உடைகளை வைத்துத் திணிக்காமல் தேவைக்கு அதிக மாக ஒன்று அல்லது இரண்டு செட் உடுப்புகளை எடுத்துப் போனால் போது மானது (பெட்டியை நீங்கள்தானே தூக்கி யாக வேண்டும்!)

அதிக பகட்டுள்ள பட்டாடைகளைத் தவிர்க்கவும். கோடையில் அவற்றை அணிவதில் சுகம் இருக்காது. அதே போல் நகைகள், விலை மதிப்புள்ள சாமான்களையும் எடுத்துச் செல்லுவது கூடாது. போகும் இடத்தில் நிம்மதியாக இருக்க முடியாமல் நகை புடைவை களைப் பற்றியே விசாரப்பட நேரிடும்.

உங்கள் கைப்பையில்முதல் உதவிக் கான அத்தியாவசிய பேன்டேஜ்கள், மருந்து மற்றும் களிம்புகள், கிருமி

குழந்தைகளை சினிமா, டிராமாக்களுக்கு அழைத்துச் சென்றால் "அந்த மாமாவின் தலை மறைக்குது... ஒண்ணுமே தெரியலை..." என நச்ச ரிப்பார்கள். இதைத் தவிர்க்க, கையோடு ஒரு குஷனையோ, 'ஏர் பில்லோ'வையோ எடுத்துச் செல்லுங்கள். அதைப் போட்டு உட்காரும்போது குழந்தைகளும் நம் உயரத்துக்கு வந்துவிடுவதால் தொந்தரவு இல்லாமல் நிகழ்ச்சியைப் பார்த்து ரசிப் பார்கள்!

- உஷா



எந்த முகத்துடன் பெண்களிடம் அவர்கள் ஓட்டு கேட்கிறார்கள் ?

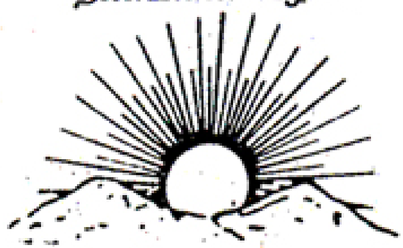


ஊழலுக்கு ஒத்துழைக்க மறுத்த,
பெண் ஐ.ஏ.எஸ்.
அதிகாரி முகத்தில்
திராவக வீச்சு!

இருக்கலாமா
இப்படி ஓர் ஆட்சி ?

தாய்மார்களே சிந்திப்பீர் !

குண்டர்களின் வெறியாட்டத்திற்குத்
தண்டனை வழங்க

ஆதரிப்பீர்  **உதயசூரியன்**

தி.மு.க. முற்போக்குக் கூட்டணியின் சின்னங்கள்



27 - 4 - 96
2 - 5 - 96

வாக்களிப்பது
உங்கள் உரிமை.
அந்த ஜனநாயகக்
கடமையை
நிறைவேற்றத்
தவறாதீர்.

வெளியீடு : தி.மு.க. தலைமை நிலையம், அண்ணா அறிவாலயம், சென்னை 600018.

நாட்டைக் காப்போம்! நல்லாட்சி காண்போம் !!

- இனி நீங்கள் டாக்டரை நாடிச் செல்ல வேண்டாம்.
- உங்கள் வீடு தேடி வந்து கதவைத் தட்டுகிறார் டாக்டர் - ஒவ்வொரு மாதமும் ஆமாம்...
- உங்கள் உடல் நலத்தைப் பற்றி அக்கறையுடன் ஆலோசனைகள் தரும் டாக்டர்...

ஹெல்த் டாக்டர்

ஜுன் முதல் உங்கள் கரங்களில்!

மருத்துவ மாத இதழ்!

- உங்கள் உடம்பையே மருத்துவ சோதனை செய்து கொண்ட உணர்வை பெறுவீர்கள்.
- மருத்துவமனை செல்லாமல் - டாக்டரைப் பார்க்காமல் - பரிசோதனை செலவு செய்யாமல் உங்கள் உடல் நலத்தைக் காக்க வாங்கி படியுங்கள்!



ஹெல்த் டாக்டர்

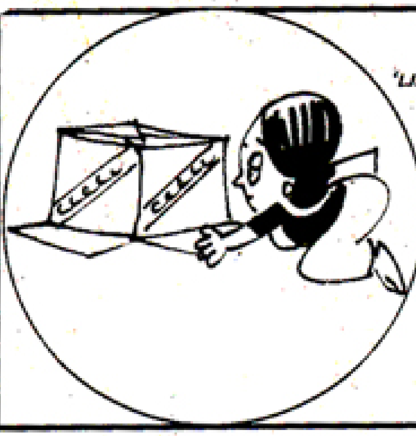
ஆசிரியர்
ஜி. விஜயலட்சுமி

- ஒவ்வொரு துறையிலும் சாதனை படைத்த பிரபல டாக்டர்களின் பேட்டிகள் - கட்டுரைகள் மற்றும் உங்கள் நலம் நாடும் நல்லவை அனைத்தும் அடக்கம்!

விலை
ரூ.7

விவரங்களுக்கு...

சாய்ராம் பப்ளிகேஷன்ஸ்
No.17, II - வது குறுக்கு தெரு
ராஜ அண்ணாமலை புரம்
சென்னை - 600 028.



பொருட்களை உபயோகிக்க ஆரம்பித்ததும் 'பாக்' செய்து வந்த அட்டைப் பெட்டிகளில் எலி, கரப்பான்பூச்சிகளின் தொல்லைகளைத் தடுக்க அதனுள் நாப்தலின் பாக்ஸ், அல்லது பேகான் ஸ்ப்ரே மண்ணெண்ணெய்த் துளிகளைத் தெளித்து அட்டைப் பெட்டிகளை குப்புற, அதாவது "ஓபன்' செய்த இடம் அடியில் இருக்கும்படி வைக்கவும். இதனால். மறுபடி டிரான்ஸ்பர் என்றதும் அதற பதற ஓடாமல் அழகாய்ச் சாமான்களை பாக் செய்யலாம்.

- என்ஷா

நாசினி, ஊசி நூல். சாதாரண அஜீர்ணக் கோளாறு, தலைவலி, உடம்புவலிக்கான மருந்துகளை எடுத்துச் செல்லலாம். அதோடு நம்பகமான பூட்டு சாவியையும் சேர்த்துக் கொள்ளுங்கள்.

அவற்றோடு சில பத்திரிகைகள், புத்தகங்கள், உட்கார்ந்தே விளையாடக் கூடிய கேம்ஸ், மெழுகுவர்த்தி, வத்திப் பெட்டி, டார்ச், பிஸ்கெட் போன்ற கெடாத ஸ்நாக்ஸ், குடிதண்ணீர் இவற்றையும் எடுத்துச் செல்லலாம். வீட்டை விட்டுக் கிளம்புமுன் ஒரு 'செக்லிஸ்ட்' தயார் செய்து கொள்ளுங்கள். அதில் நீங்கள் 'பாக்' செய்ய வேண்டிய சாமான்கள், கிளம்புமுன் செய்ய வேண்டிய காரியங்கள் இவற்றை வரிசைப்படுத்தி எழுதிக் கொண்டு அவ்வப்போது அதைச் செய்து முடித்ததும் 'டிக்' செய்து கொள்ளலாம். ரயில் நிலையத்துக்குக் கிளம்பிய பின் 'குழாயைச் சரியாக மூடினோமா? விளக்கை அணைத்தோமா? காஸ் சிலிண்டரை மூடினோமா? கதவைச் சரியாகப் பூட்டினோமா?' என்பது போன்ற சந்தேகங்கள் எழுவதைத் தடுக்கலாம்.

போகும் இடத்தில் சுற்றிப் பார்க்க இன்னின்ன இடங்கள் இருக்கின்றன என்பதை முதலில் விசாரித்துத் தெரிந்து வைத்துக் கொண்டால் அங்கே போய் அனாவசியமாய் அலைவதைத் தவிர்க்கலாம். அந்தந்த இடத்தில் சுற்றுலா இலாகாவினால் திறக்கப்பட்டுள்ள அலுவலகங்களுடன் தொடர்பு கொண்டால் உதவி கிடைக்கும்.

ரயில் அல்லது பஸ் அல்லது விமானம் புறப்படுவதற்குக் குறிக்கப்பட்டுள்ள நேரத்திற்கு அரை மணி நேரம் முன்னதாகவே அங்கே நிலையத்திற்கு நீங்கள் சென்றடைவது முக்கியமானது. இத்தனை ஏற்பாடுகளையும் செய்துவிட்டு பஸ் அல்லது ரயிலைப் பிடிக்க முடியாமல் கோட்டைவிடக் கூடாதல்லவா?

கைப்பையில் ஒரு சிறிய பர்சிலோ அல்லது பெட்டியில் தனியான பையிலோ வீட்டுச் சாவிகள், திரும்பி வருவதற்கான பயணச் சீட்டுகள் போன்ற உடனடியாகத் தேவையில்லாத சாதனங்களைப் பத்திரமாக வைக்கலாம்.

பர்ஸ், காமிரா, கைப்பை போன்ற உடைமைகளை எப்போதும் ஜாக்கிரதையாக எடுத்துச் செல்லுங்கள். வீட்டை விட்டுக் கிளம்பும்போதே உங்கள் அன்றாடக் கவலைகளையும் கழற்றி வைத்து விட்டுப் புறப்படுங்கள். நிம்மதியாக டென்ஷன் இல்லாமல் இருந்தால்தான் விடுமுறையைச் சந்தோஷமாய் அனுபவிக்க முடியும். அன்றாட யந்திர வாழ்க்கையிலிருந்து மாறுதலைத் தரும் விடுமுறை, திரும்பியதும் தொடர்ந்து நீங்கள் செயல்பட மனத்தில் ஒரு புத்துணர்ச்சியையும், உற்சாகத்தையும் உடம்பில் தெம்பையும் சுறுசுறுப்பையும் கொடுப்பதாக அமைய வேண்டும்.

— லக்ஷ்மி ரமணன்

பெண்ணாக வரும்

ராஜேஸ்வரிக்குப் பெருமை பிடிபடவில்லை.

பின்னே... ஒவ்வொருத்தி போல் பெண் குழந்தை பெற்றெடுத்துக் கஷ்டப்படுபவளா என்ன...?

இரண்டுமே ஆண் குழந்தைகள். மூத்தவன் சுரேஷ். இளையவன் மகேஷ். இரண்டும் சிங்கக் குட்டிகள்.

அவளுடைய கணவன் ரகுபதி தனியார் கம்பெனியில் சேல்ஸ் எக்ஸிக்யூடிவ். மாதம் இரண்டாயிரத்து ஐந்நூறு வாங்குகிறான்.

காலையில் வீட்டைவிட்டுக் கிளம்பினால் இரவில் தான் வீடு திரும்புவான். வீட்டு நிர்வாகம் முழுவதும் அவள் கையில்தான்.

அவள் தன் பிள்ளைகளை இதுவரை கோபித்துக் கொண்டதேயில்லை.

துடுக்குத்தனமாக அவர்கள் ஏதாவது செய்தால் கூட, 'ஆண் பிள்ளைகள் அப்படித்தான் இருப்பார்கள்' எனச் சிரித்து மழுப்பிவிடுவாள்.

போதாததற்கு அவர்கள் ரகளையை ரசிக்கவும் செய்வாள்.

கோடி வீட்டுக் கோமளத்தைக் கண்டால் அவளுக்கு மகா இளப்பம். 'என்ன பாவம் செய்தாளோ... பிறந்த ரெண்டுமே பொண்ணாப் போயிடுத்து' என்பாள்.

வாசலில் அந்தக் குழந்தைகள் விளையாடுவதைப் பார்த்தால் போதும். 'பொட்டக் கழுதைக்கு என்ன ஆட்டம் வேண்டிக் கிடக்கு?' என்பாள். அவள் தலையைக் கண்டதும் அவர்கள் ஓடியே விடுவார்கள்.

அன்று காலையிலிருந்தே -

அவளுக்குத் தலையைத் தூக்க முடியவில்லை. பாரமாக இருந்தது. 'விண்'ணென்று வலித்தது.

ஏழு மணிக்கெல்லாம் அவளுடைய கணவன் ரகுபதி 'ஆலாய்' பறப்பான். அவனுக்குச் சாப்பாடு தயார் பண்ண வேண்டும்.

'எத்தனை வீட்டுக் கூரை மேல் ஏறினாலும் அந்தக் கோழிதான் முட்டை இட வேண்டும்' என்ற கதையாய்

எவ்வளவுதான் உடம்பு முடியவில்லை என்றாலும் கூட அவள்தான் செய்ய வேண்டியிருந்தது.

சுரேஷையும், மகேஷையும் கூடக் காணவில்லை.

ஒரு பக்கம் விடிவதற்கு முன்னாலேயே கிரிக்கெட் பந்தும், மட்டையுமாகக் கிளம்பிப் போய்விட்டதுகள்.

இப்போ எங்கே விளையாடிக் கொண்டிருக்கிறதுகளோ?

அந்தக் கிரிக்கெட்டில் என்னதான் இருக்கிறதோ! தெரியவில்லை. 'சனியன்கள்' என்று முதன்முறையாக அவர்களைத் திட்டினாள்.

தட்டுத் தடுமாறி எழுந்து அடுக்களைக்குச் சென்று புளியோதரை மட்டும் கிளறி வைத்து விட்டு வந்து படுத்துக் கொண்டாள். அதற்கே அவள் கணவன் கோபித்துக் கொண்ட



டான்.

மணி பதினொன்றரையை நெருங்கிய போது உடம்பு அனலாய்க் கொதித்தது. பசி வேறு சேர்ந்து கொள்ள மிகவும் சோர்வாக இருந்தது. ஒரு பயலையும் காணோம். திடீரென்று அனாதையானது போல் உணர்ந்தாள்.

அவளுக்கு 'பாத்ரூம்' போக வேண்டும் போலிருந்தது. யாராவது கைத்தாங்கலாய் அழைத்துச் சென்றால் நன்றாயிருக்கும் போலிருந்தது.

வெளியில் எட்டிப் பார்த்தாள். கோடி வீட்டுக் கோமளத்தின் பன்னிரண்டு வயது பெண் சுமதியின் தலை தெரிந்தது.

நேசம்

— போடி. இளையராஜா



''சுமதி.. அம்மா... இங்க வாடி கண்ணு'' என்று ஈனக் குரலில் அழைத்தாள்.

''என்னங்க மாமி...?''

''எனக்கு உடம்பு சரி யில்லம்மா. பாத் ரூம் வரைக்கும் கொஞ்சம் துணைக்கு வர்றியாமா?''

சுமதி ராஜேஸ்வரியை மெல்லத் தூக்கிவிட்டு அவளது கையைத் தோளில் போட்டு மெல்ல அழைத்துச் சென்றாள்.

'இந்தக் குழந்தையை எத்தனை நாள் கடிந்திருக்கிறேன்' - மனத்திற்குள் கூனிக் குறுகினாள்.

அவள் எங்கே பேரைச் சொல்லிக் கூப்பிட்டிருக்கிறாள்? 'பொட்டச்சி, பொட்டக் கழுதை' என்று தான். இன்று அந்தப் 'பொட்டக் கழுதை' இல்லையெனில் என்னவாகியிருக்கும்? அவளுக்கு அவமானமாக இருந்தது.

மெதுவாக சுமதி அவளைப் பாயில் கிடத்தி, ''அப்ப... நான் ஏதாவது கஞ்சி காச்சித் தரட்டுமா மாமி?''

எவ்வளவு ஆறுதலான வார்த்தைகள்! யானை பலம் வருகிறதே!

'நம் உடம்பு நல்ல கண்டிஷனில் இருக்கும் போது தாறுமாறாகப் பேசி விடுகிறோம். உடல் நிலை சரியில்லாத போது உண்மை நிலவரம் புலப்படுகிறது. அன்பு, பாசம், கனிவு, இரக்கம் பெண்மைக்கே உரியது. அது பிறந்தவுடனே பெண்ணுக்கு வந்துவிடும் போல. ஆனால் அவர்களைத் தான் எவ்வளவு கேவலமாகப் பேசிவிட்டோம்?' என மனதுக்குள் குமைந்தாள்.

''இல்லேன்னா எங்க வீட்டிலே இருந்து ரசம் சாதம் கொண்டு வாரேன். பிசைஞ்சு ஊட்டி விடட்டுமா?''

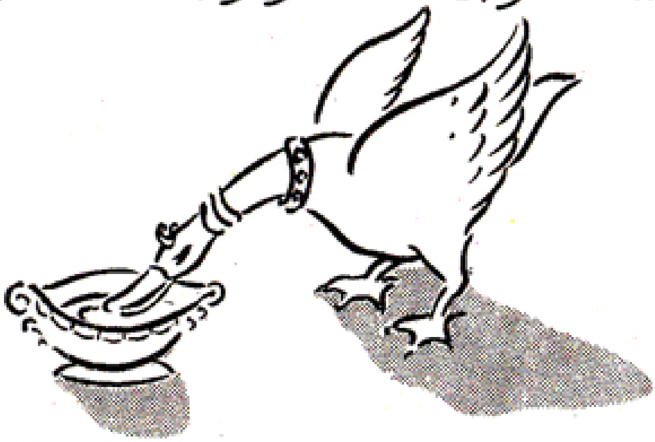
அவளுக்கு இருந்த கோரப் பசியில் தலையாட்டினாள்.

ஒரு கிண்ணத்தில் ரசம் சாதத்தைப் பிசைந்து குழந்தைக்கு ஊட்டி விடுவது போல் அந்தக் குழந்தை ஊட்டிய போது,

'ஒரு நாள் ஜுரத்திற்கே இப்படியாகிவிட்டோம். நாளை... வயதான காலத்தில் நம் நிலைமை என்ன?' என நினைத்த மாத்திரத்தில் அவள் உடல் நடுங்கியது.

'நாம் என்ன பாவம் செய்தோமோ... நமக்கு ஆண்டவன் ஒரு பெண் குழந்தைகூடக் கொடுக்கவில்லை' என்று முதன் முதலாக ஒரு பெண் குழந்தை தனக்கில்லாததற்குக் கண்ணீர் வடித்தாள்.

உங்களுக்கு தேவையான மகிழ்ச்சி எது என்பதை நீங்கள் அறிவீர்கள்!



அது என்காரின் மாத வருமான திட்டமே!

ட்ரிபிள் பெனிபிட் ஸ்கீம்

24% வருட வட்டி + **6%** ஊக்கத்தொகை + **ரூ.500/-** போனஸ் திட்ட முடிவில் + **1 கிராம்** தங்க காசு

குறைந்த பட்ச முதலீடு	ரூ.10,000	திட்டகாலம்	24 மாதங்கள்

ENCAR HI-GROW INVESTMENTS

★ பதிவு மற்றும் நிர்வாக அலுவலகம்:
ஏ-21 எஸ்.வி.வி. காம்ப்ளக்ஸ்
சிப்பி தியேட்டர் எதிரில்
9, சாஸ்திரி சாலை, தென்னூர்
திருச்சி - 620017
ஃபோன் : 467057, 25963
ஃபேக்ஸ்: 0431-432505
டெலக்ஸ்: 0455-316 அசெஸ் இன்

★ தலைமை அலுவலகம்
134-2, ராயப்பேட்டை
நெடுஞ்சாலை, விவேக் அண்ட்
கோ அருகில், லஸ் கார்னர்
மயிலாப்பூர், சென்னை-600004
ஃபோன் : 044-8526887
ஃபேக்ஸ் : 91-44-840638

★ மண்டல அலுவலகம்:
1-23, அனுமந்தப்பா லே அவுட்
மணிப்பால் மையம் அருகில்
1-ஏ, அல்சூர் சாலை
பெங்களூர்-560042
ஃபோன் : 080-5598092

★ கிளை அலுவலகங்கள் :
10-11, இரண்டாவது மாடி
வரதராஜு காம்ப்ளக்ஸ்
சத்திரம் பஸ் நிலையம் அருகில்
திருச்சி-620002 ஃபோன்: 25963

★ 512-பி, என்.எஸ்.ஆர். சாலை
கௌரி காம்ப்ளக்ஸ்
அண்ணாமலை ஸ்டோர்ஸ்
மாடியில், சாயிபாபா காலனி
கோயம்புத்தூர்-641011
ஃபோன் : 0422-445062, 445065

★ 267, அத்வைத ஆஸ்ரம
சாலை, ஏ.வி.கே. நகர்
புது பஸ் நிலையம் எதிரில்
சேலம்-636004
ஃபோன் : 0427-448873

★ 7, மேல வடம்போக்கி தெரு
பெருமாள் கோயில் அருகில்
மதுரை-625001
ஃபோன் : 0452-35667

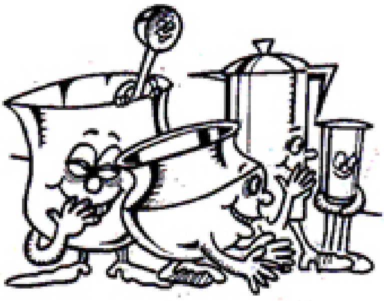
★ 'பி' பிளாக், மூன்றாவது மாடி
பி.பி.சி. மேனர்
10-11, துரைசாமி சாலை, தி. நகர்
சென்னை-600017
ஃபோன் : 8526887

NVR/ENR/01/96

தலைவலியா, போயே போச்!

மூன்று மாதங்களுக்கு முன் என் நெருங்கிய தோழி ஒருத்தி ஃபோனில் பேசும் போது தினமும் காலையில் எழுந்தவுடன் தலைவலியும் சேர்ந்து எழுந்து விடுவதாகவும் எந்த மருந்து சாப்பிட்டும் நிற்கவே இல்லை, அந்த நேரம் குணம் தெரியும், மறுபடியும் வந்து விடும் என்றும் சொன்னாள். அடுத்த நாளே அவளைப் பார்த்து விட்டு வர அவளது வீட்டிற்குச் சென்றேன். வீட்டினுள் சென்ற நான் ஒரு நிமிஷம் ஷாக் அடித்தாற்போல் நின்று விட்டேன்.

வீடே அல்ல, அது ஒரு கோடவுன். வீட்டினுள் சுற்றிலும் பார்வையை ஓட விடுகிறேன், வீடு முழுவதும் சாமான்கள். பேப்பர்காரனுக்குப் போடாமல் பழைய பேப்பர்கள் மலையாய் குவிந்து ஒருபுறம் இருக்க, மறுபுறம் வார மாத பத்திரிகைகள் நிரம்பி வழிந்து கொண்டிருந்தன.



ஷோகேஸில் அடைத்து வைக்கப் பட்ட பொம்மைகள் என்ன பொம்மை ஏது என்று கூடத் தெரியாதபடி ஒவ்வொன்றும் இடநெருக்கடியால் விழிபிதுங்கி தலைநீட்டிக் கொண்டிருந்தன. கட்டிலிலும் நாற்காலிகளிலுமாய் எக்கச்சக்க துணிமணிகள் மடித்தும் மடிக்கப்படாமலும் கிடந்தன. அடுப்படியில் பாத்திரங்களைப் பார்த்தால் ஒரு பாத்திரக் கடையே வைக்கலாம். சின்னதும் பெரிதுமாய் அந்தக் கால வெண்கல உருளியிலிருந்து இப்போதுள்ள பிரஷர் பான் வரை இறைந்து கிடந்தன.

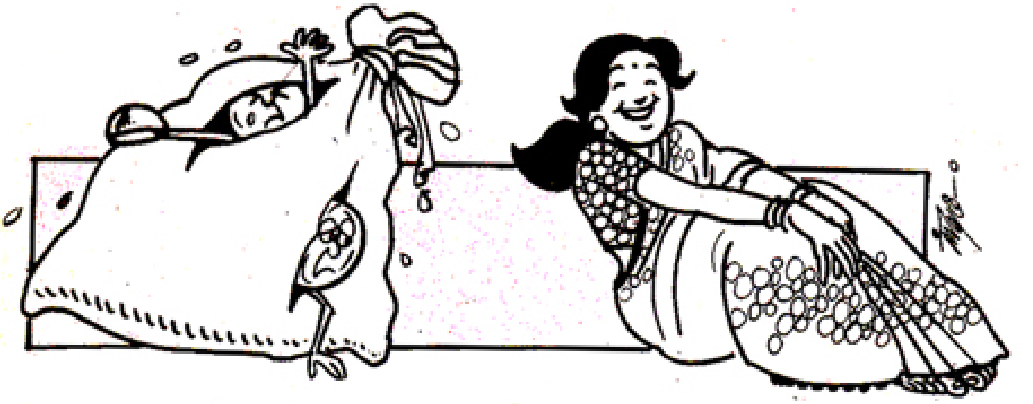
"லதா... ஒரு கப் சூடா காப்பி கொடேன். தலைவலிக்கிற மாதிரி இருக்கு."

'ஓ... கண்டுபிடித்து விட்டேன். வரும் போது கலகலவென நன்றாக வந்தவளுக்கு இந்த அரைமணி நேரத்திலேயே தலைவலி போடு போடென்று வந்து விட்டதே. இதற்குக் காரணம் வீடு முழுவதும் இறைந்து அதிகப்படியாக நிரம்பி வழியும் சாமான்கள்தான். அரைமணி நேரம் இதைப் பார்த்த எனக்கே தலைவலி வருகிறதென்றால் இந்த வீட்டிற்குள்ளேயே இருப்பவளுக்கு ஏன் தலைவலி மண்டையைப் பிளக்காது?

காப்பி கலந்து கொண்டு வந்த லதா, "என்ன உனக்கும் தலைவலியா!"

"எனக்குத் தலைவலி வந்ததே கிடையாது. என் தலையில் ஒரு கோளாறும் இல்லை. என் தலைவலிக்குக் காரணம் உன் வீடுதான்."





"என்ன சொல்றே?"

"உன் தலைவலிக்கும் காரணம் கண்டு பிடிச்சுட்டேன்னு சொல்றேன். வீடு முழுவதும் ஏன் இவ்வளவு சாமான்களை இறைச்சுப் போட்டிருக்கே. இருப்பது நீ, உன் ஹஸ்பெண்ட், இரண்டு குழந்தைங்கதான். சாமான்களைக் குறைச்சு வீட்டை ஒழுங்குபடுத்திப் பார். உனக்குத் தலைவலியே வராது."

"எல்லாமே தேவைப்படுகிற சாமான்கள் தான். எதை எடுத்து உள்ளே வைப்பது?"

"ஒழுங்குபடுத்திப் பார். அப்போதுதான் தெரியும், எவ்வளவு தேவையில்லாத சாமான்களை அடைச்சு வச்சிருக்கேன்னு. அன்றாடம் புழக்கத்திலிருக்கும் சாமான்களை மட்டும் வைத்துக் கொள். எப்போதாவது எடுப்பவைகளை அலமாரியில் வைத்து விடு. வருடத்திற்கு ஒருமுறை எடுப்பவைகளை ஏதாவது ரூம் அல்லது பீரோவில் அடைத்துப் பூட்டு. இனிமேல் தேவையே படாத சாமான்களா? தூக்கி எறி."

"சரி செஞ்சு பார்க்கறேன். எப்படியோ தலைவலி போனால் சரி" என்றாள்.

கொஞ்ச நேரம் பேசிக் கொண்டிருந்து விட்டுத் திரும்பி விட்டேன்.



மூன்று மாதங்களுக்குப் பிறகு நேற்று முன்தினம் அவள் வீட்டுப் பக்கம் ஏதோ வேலையாக சென்ற நான் அவளைப் பார்த்து விட்டு வரலாம் என்று அவள் வீட்டிற்குச் செல்கிறேன். எனக்குள் ஒரே ஆச்சரியம்.

அவள் வீடுதானா அது! தேவையான சாமான்கள் மட்டும் ஆங்காங்கே இருக்க எல்லா இடங்களும் பளிச்... பளிச்...

என்னை ரொம்ப வரவேற்றதோடு நான் சொன்ன மாதிரி ஒழுங்குபடுத்திய பிறகு தலைவலி சுத்தமாக தலைகாட்டவில்லை என்று சொன்னாள். அவள் கணவரும் ஒரு நன்றிப் பார்வை பார்த்தார்.

"வீட்டில் மேஜை இறைந்து கிடந்தால் மூளையில் எண்ணங்கள் இறைந்து குழப்பம் உண்டாக்கிவிடும்" என்று முத்தமிழ்க் காவலர் கி.ஆ.பெ. விஸ்வநாதம் ஒரு மேடையில் பேசும்போது சொன்னார்.

வீட்டைத் தூய்மையாக வைத்துக் கொள்ள இதோ உங்களுக்காகச் சில குறிப்புகள் :

வீட்டின் வரவேற்பறை என்பது வீட்டின் ஓர் அங்கம் மட்டுமல்ல, மற்றவர் நம்மைப் பற்றி தங்கள் மனதிற்குள் மதிப்பெண் போடும் இடம் என்பதை கவனத்தில் கொள்ள வேண்டும். வரவேற்பறையை ஒழுங்குபடுத்த விலை உயர்ந்த சோபாக்கள் போட்டு, காஷ்மீர் கார்ப்பெட் விரிக்க வேண்டும் என்பதில்லை. பொருட்கள் அதிகப்படியாக இறைந்து கிடக்காமல் துப்புரவாக வைத்துக் கொண்டாலே வரவேற்பறை அழகாக இருக்கும். சோபா அல்லது நாற்காலி, டீபாய், கார்னரில் ஓர் அழகான பொம்மை (ஒன்று அல்லது இரண்டிற்குமேல் வேண்டவே வேண்டாம்.) சுவரில் ஒரே ஒரு இயற்கைக் காட்சி அல்லது உங்கள்

மனத்திற்குப் பிடித்த படம் (ஒன்று மட்டுமே) நீங்களே வரைந்த பெயின்டிங் அல்லது கிராப்ட் ஓர்க்காக இருந்தால் சிறப்பு. டீபாயில் அந்த வார புத்தகம் இரண்டு, அன்றைய செய்தித்தாள் இவை மட்டுமே இருக்கும்படி பார்த்துக் கொள்ளுங்கள்.

பூஜை அறையிலும் சுவாமி படங்களை அளவோடு வைத்துக் கொள்வதே நல்லது. மனத்தில் இருக்கும் அத்தனை ஸ்வாமிகளையும் படங்களாக மாட்ட வேண்டிய அவசியமில்லை. நிறைய படங்கள் மாட்டி தூசி அடைத்து விடுவதை விட அளவாக வைத்து அழகாக கும்பிட்டால் பலன் அதிகம்.

டைனிங் ரூமிலும் டைனிங் டேபிள், சேர் தவிர வேறு எந்த பர்னிச்சரும் வேண்டாம். சில பேர் வீட்டில் உப்பிலிருந்து ஊறுகாய் பாட்டில் வரை டேபிளிலேயே பரிதாபமாகக் கிடக்கும். சாப்பிட்டு முடிந்ததும் அதற்குரிய இடங்களில வைத்து டேபிளை சுத்தமாக சோப் தண்ணீரால் துடைத்து விட்டு, டைனிங் டேபிள் நடுவில் அழகான பூச் ஜாடியை (நிதானமான சைஸில்) வைத்துப் பாருங்கள்!

கிச்சனிலும் தேவைப்படாத பாத்திரங்களை எடுத்து வைத்துப் பூட்டுங்கள். குழம்பு, ரசம், பொரியல், வறுவல் தயாரித்த பிறகு எடுத்து மூடிவைக்க தனித்தனி பாத்திரங்கள் உபயோகிப்பதற்கு பதில் ஒரே ஐந்தடுக்கு டிபன் பாக்ஸை உபயோகிக்கலாமே. மூடியும் ஒரே மூடியாகப் போய் விடும். பாத்திரங்கள் தொலைந்து போகும் என்கிற பயமும் கிடையாது, இறைந்தும் கிடக்காது. வேலைக்காரியும் உங்களை மனமாரப் பாராட்டுவாள். எண்ணெய் வகைகள் கூட இப்போது பிளாஸ்டிக் கன்டெயினர்களில் அழகாகக் கிடைக்கிறது. சிறு துளை போட்டு உபயோகப்படுத்தலாம். எண்ணெய் தூக்குகளை வாங்கிப் போட்டு உபயோகப்படுத்த வேண்டியதும் இல்லை.

அடுத்து படுக்கை அறை. படுக்கை அறை சுத்தமாக 'பளிச்' என்று இருந்தால்தான் படுத்தவுடன் உறக்கம் வரும். இதைப் பலர் அனுபவபூர்வமாக உணர்ந்திருப்பீர்கள். படுக்கைக்கு பக்கத்தில் தண்ணீர் ஜக் வைக்க ஒரு டீபாய், அதில் இரவில் தூக்கம் வரும் வரை படிக்க ஓரிரு புத்தகங்கள். இடமிருந்தால் டீ.வி.

பொதுவாக பெரும்பாலான வீடுகளில் அழகைக் கெடுப்பது ஆங்காங்கே இறைந்து கிடக்கும் துணிகள்தான். அவ்வப்போது அழுக்குக் கூடையில் அழுக்குத் துணிகளைப் போடவும், துவைத்த துணிகளை அவரவர் பீரோவில் மடித்து வைக்கவும் உங்கள் குழந்தைகளையும் பழக்கப்படுத்துங்கள்.

அடுத்து முக்கியமான ஒரு குறிப்பு:

வருடத்திற்கு ஒருமுறையாவது ஒருநாளை ஒதுக்கி தேவையற்ற அதிகப்படியான பழைய துணிமணிகளை எடுத்து கருணை இல்லங்கள், அனாதை இல்லங்களுக்குச் சென்று கொடுத்து விட்டு வாருங்கள். துணி மூட்டையைக் கொடுத்து விட்டு புண்ணிய மூட்டையை வாங்கிக் கொள்ளுங்கள்.

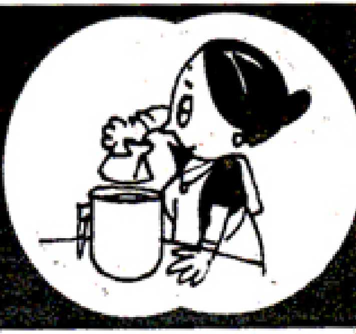
தேவையற்ற உபயோகப்படுத்தப்படாத பாட்டி தாத்தா காலத்து, மூதாதையர் காலத்து பித்தளைப் பாத்திரங்கள் பரணை அடைத்துக் கொண்டு கிடந்தால், தரமான கடைகளில் நல்ல விலைக்கு விற்று விற்ற காசிற்குத் தகுந்தாற்போல் பாட்டி தாத்தா நினைவாக உங்கள் மகளுக்கு தங்க ஆபரணமோ, வெள்ளி குத்துவிளக்கோ வாங்கி வையுங்கள். பாட்டியின் ஆசீர்வாதங்கள் பரணில் கிடந்து புழுங்க வேண்டாம். வெள்ளி விளக்காய், விளக்கொளியாய் பிரகாசிக்கட்டும்.

"லெஸ் லக்கேஜ் மோர் கம்ஃபோர்ட்" என்பது இரயில் பயணத்திற்கு மட்டுமல்ல, நம் வாழ்க்கைப் பயணத்திற்கும்தான்!

— கீதா தெய்வசிகாமணி

கர்சீப்பில் போடும் செண்ட் சில நேரங்களில் பிடிக்காது. கர்சீப்பைத் தோய்த்தபின், ஒரு கப் நீரில் ஒரு சொட்டு வாசனை ஷாம்புவைக் கலக்கி அதில் இரண்டு நிமிடம் கர்சீப்பைப் போட்டு பிறகு பிழிந்து உலர்த்துங்கள். இதமான வாசனை கமழும்.

- கே. ஐசுவர்யா



21st Century's

"Family-Deposit"



காலந்தோறும் நிலைத்து நிற்கும் நெருக்கமான பந்தம்!

CRISIL FA+

Sans - /TCMS/960066/MM

A happy family, is a 21st Century Family.

இருமனம் ஒன்றிணையும் இல்லற வாழ்வின் தொடக்கமே திருமணம். அது காலந்தோறும் நிலைத்து நிற்கும் நெருக்கமான பந்தத்தை தருகின்றது. எனவேதான் 'திருமணம்' மனிதவாழ்வில் காலங்காலமாய் போற்றிப் பாராட்டப்படுகின்றது. அத்தகைய நெருக்கமான தொடர்பும், உறுதியான உறவும், ட்வெண்டிஃபர்ஸ்ட் செஞ்சுரிக்கும் – எண்ணற்ற குடும்பங்களுக்குமிடையே மலர்ந்திருக்கின்றது. நான்கே ஆண்டுகளில் ரூ. 50 கோடியை இந்நிறுவனம் எட்டியுள்ளதற்கு அதுவே காரணம். CRISIL FA+ மதிப்பீட்டை பெற்றிருக்கும் **"ட்வெண்டிஃபர்ஸ்ட் செஞ்சுரியின் ஃபேமிலி டெபாசிட்"**.– உங்கள் வாழ்வோடு ஒன்றிணைந்த இணைபிரியாத பந்தம்.

ட்வெண்டிஃபர்ஸ்ட் செஞ்சுரி மானேஜ்மென்ட் சர்வீசஸ் லிமிடெட்

நிர்வாக அலுவலகம்: 'ஸ்ரீவித்யா' 32, டி.டி.கே. சாலை, சென்னை - 600 018. போன்: 4995155, 4994821 ஃபேக்ஸ்: 044-4994826. **கிளைகள்:** • **பம்பாய்:** 603/604, தலாமால் சேம்பர்ஸ், 29, நியு மெரைன் லைன்ஸ் - 400 020 போன்: 022-2006811/2004153/ 2004154/2004180 பேக்ஸ்: 022-2004163. • **கோயம்புத்தூர்:** 79/40, சேரன் டவர்ஸ், 76 அரசினர் கலைக்கல்லூரி சாலை - 641 018 போன்: 216094, ஃபேக்ஸ்: 0422-213673. • **ஹைதராபாத்:** 304/ 205, 6-3-550, மூன்றாம் தளம், ஆகாஷ் கங்கா, மெடிநோவா எதிரில், சோமஜிகுடா - 500 082 போன்: 319371, ஃபேக்ஸ்: 040-312806. • **திருநெல்வேலி:** 177, A-14, பார்வதி சங்கர் சன்ஸ் காம்ப்ளெக்ஸ், திருவனந்தபுரம் சாலை, வண்ணாரப்பேட்டை - 627 003 போன்: 0462-72827. • **திருச்சி:** 6, சுந்தரம் ஆர்கேட், 13-A வில்லியம்ஸ் ரோடு, (திருச்சி சென்ட்ரல் பஸ் ஸ்டாண்டு எதிரில்), திருச்சி கண்டோன்மென்ட் - 620 001.

கலெக்ஷன் சென்டர்/ப்ரான்சைஸி: • **சென்னை:** 12, அனுமார் கோவில் தெரு, ராதா நகர், குரோம்பேட்டை - 600 044. • **பெங்களூர்:** 2374/B, 12ஆம் மெயின் 'A' பிளாக், இரண்டாம் ஸ்டேஜ், ராஜாஜி நகர் - 560 010 போன்: 080-3320777. • **கும்பகோணம்:** 105, சாரங்கபாணி கிழக்கு (மாடி) - 612 001 போன்: 0435-30487. • **மதுரை:** 18-A, பூக்கார சந்து, தானப்ப முதலி தெரு - 625 001 போன்: 0452-30481. • **நெல்லூர்:** அறை எண் 6, ராகவலீலா அருகில், டிரங்க் ரோடு - 524 001 போன்: 0861-31289. • **சென்னை:** 5/9, முதல் மெயின் ரோடு, கஸ்தூரிபாய் நகர், அடையாறு - 600 020 போன்: 4918669.

This advt. appears further to the statutory advt. published by the company in Makkal Kural and Trinity Mirror on 29th August and 18th November 1995. The text of the statutory advt. is also printed on the application form, which may be referred to before investing in the company's Deposit Schemes.



MAFATLAL
தோற்றத்தை உயர்த்திடும்
சீருடை விஞ்ஞானம் - மபத்லால்
மபத்லால்
பள்ளிச் சீருடைகள்
சுருங்காதவை,
நிறம் மங்காதவை,
எந்த நிறத்திலும்,
எந்த வடிவத்திலும்
கிடைக்கப்
பெறுபவை.
ஒவ்வொரு
பள்ளியின்
தேவையையும்
பூர்த்தி
செய்பவை.
இலவசம்
ஸ்கூல் பேக்
(மதிப்பு ரூ. 120/-)
ரூ. 550 மதிப்புக்கு மபத்லால்
பள்ளிச் சீருடைகளை வாங்கும் போது இலவசம்.
இச்சலுகை 96 ஏப்ரல் 1 முதல் குறிப்பிட்ட காலம் வரை
தமிழ்நாடு, கேரளா, பாண்டிச்சேரியில் மட்டுமே.
HIGHLY DURABLE
MAFATLAL
SCHOOL UNIFORMS
MOST ECONOMICAL
மபத்லால் எஸ் ஏ இன்டெக்ஸ் லிமிடெட்
Bankers : The Federal Bank Ltd.
தமிழ்நாடு, கேரளா, பாண்டிச்சேரியில் 1500-க்கும் மேற்பட்ட
மபத்லால் பேபிலி ஷாப்புகள் மற்றும் அங்கீகாரம் பெற்ற டீலர்கள் உள்ளனர்.
மபத்லால்
குடும்பத்தின் தேர்வு
SCHOOL UNIFORMS

குடும்பத் தலைவியின் வேதனை

டாக்டர் ஹகீம் எஸ். அக்பர் கவுஸர்



துள்ளி விளையாடிக் கொண்டிருக்கும் இளமைக்காலத்தில் மஞ்சள் நீராட்டு விழா வரும். அப்போது மங்கையின் உடலிலும் மன நிலையிலும் பல மாறுதல்கள் ஏற்பட்டு அமைந்து விடும். அவைகளில் அந்த மூன்று நாட்கள் சிலருக்குக் கண்ணீர் சிந்தும் துக்க நாளாக இருக்கும். விலக்கு ஏற்படும் முன் இடுப்பு வலி, வயிற்றுவலி, தலைவலி, வாந்தி இப்படி பல தொல்லைகள்.
திருமணத்திற்குப் பின் மனைவியாகவும் தாயாகவும் மாறும் நிலையில் இல்லற வாழ்வில் பல பிரச்னைகள் வரும். அவைகளில் ஒன்று கருத்தரிக்காமை. சினைமுட்டைகள் வளர்ச்சிப் பெறாமை, கர்பப்பை சுருங்கி சிறுத்திருத்தல், சினைப் பையில் கட்டிகள், கொப்பளங்கள், புண், அடைப்பு, மருக்கள், இது ஒரு பக்கம். பிரதி மாதமும் விலக்கு வராமை அல்லது அதிகளவில் இரத்தப் போக்கு இதனால் கர்பப்பையும் பலவீனமடைந்துவிடுதல் வயதான காலத்தில் கர்பப்பையில் புண், புற்றுநோய், மார்பக புற்றுநோய் இப்படி பல பிரச்னைகளால் கர்பப்பையும், மார்பகங்களையும் அறுவைசிகிச்சையால் அகற்றி விடும் நிலை மறுபக்கம்.

இவைகள் அனைத்தும் பொதுவான பிரச்னைகள். சமாளித்துக் கொள்வார்கள். ஆனால் ஒரு பெண்ணின் சிறுநீரகங்கள் பாதிக்கப்படும் போது அவள் திருமணத்திற்கும் குழந்தை பெற்றெடுக்கவும் தகுதியற்றவளாக ஆகிவிடுகிறாள். சிறுநீர் கழிக்கும்போது சோப்பு நுரைபோல் திரவம் வெளியேறும். முகம், பாதங்கள் வீக்கமடையும். சிறுநீர்ப் பரிசோதனை செய்தால் அதற்கு அல்புமின், புரோட்டீன் சத்து வெளியேறிக் கொண்டிருக்கின்றது. இரத்தமாக மாற வேண்டிய ஊட்டச்சத்து உடலிலிருந்து வெளியேறிக் கொண்டிருக்கின்றது. உப்பு சாப்பிடுவதை குறைத்துக் கொள்ளுங்கள். உங்களுக்கு உப்பு நோய் வந்து விட்டிருக்கின்றது என்று டாக்டர்கள் கூறுவார்கள். இப்படிப்பட்ட பெண்கள் கர்ப்பமாகும்போது இரத்தக் கொதிப்பு நோயால் அவதிப்படுவார்கள். பிரசவ காலத்தில் சிறுநீரகங்கள் செயலிழந்து தாயின் உயிருக்கும், குழந்தையின் உயிருக்கும் ஆபத்து உண்டாகிவிடுகிறது. எனவே சந்தோஷமாக வாழ வேண்டிய மணமகள் புகுந்த வீட்டிற்கும் பிறந்த வீட்டிற்கும் சுமையாக அமைந்து விடுவாள். சிறுநீரகத்தை மாற்ற வேண்டும், டயாலிஸிஸ் செய்து கொள்ள வேண்டும் என்று டாக்டர்கள் கூறும்போது குழம்பிக் கொண்டிருப்பார்கள். பழுதடைந்த சிறுநீரகங்கள் கொண்டவர்கள் குழந்தை பெற்றுக் கொள்வது ஆபத்து என்று யுனானி மருத்துவம் கூறுகிறது. பெண்களின் பிரச்னைக்கு யுனானி மருத்துவம் சிறந்ததோர் சிகிச்சை முறையாக அமைந்திருக்கின்றது.

கர்ப்பபை வீக்கம்

மாதவிலக்கு மற்றும் உடலுறவின் போது

பெண்ணின் வயிற்றிலும் இடுப்பிலும் வலி வரும். தொடையிலும் பின்னடிக்கும் குத்தல் இருக்கும். சிறுநீர் மலம் கழிக்கும்போதும் வலி உண்டாகும். அல்ட்ரா சவுண்ட் ஸ்கேனிங் படம் எடுத்துப் பார்த்தால் கர்ப்பப்பையில் வீக்கம், அடைப்பு, கொப்பளங்கள் இருப்பதாக தெரியவரும். சோம்பு மணத்தக்காளி, நெருஞ்சுமுள், வெள்ளரி விதை, ஒவ்வொன்றிலும் 6 கிராம் எடுத்து ஒரு கப் தண்ணீரில் கொதிக்க வைத்து தினசரி இரண்டு வேளை குடிக்கலாம். அல்லது யுனானி மருந்துக் கடைகளில் கிடைக்கும் களிம்புகளான மர்ஹும் பாசலிகூன், ஜிமாத ஜாலிநியூஸ், முஹிபூல் களிம்புகளை பயன்படுத்தலாம். மாஜூன் தபிதுல்வர்த் என்னும் லேகியம் 7 கிராம், ஷர்பத் தினார் 30 மில்லி லிட்டர் அளவில் தண்ணீருடன் பயன்படுத்தலாம். கர்ப்பப்பை புண், கட்டிகள் குணம்பெறும்.

வெள்ளைப்பாடு

புளியங்கொட்டையை வறுத்துப் பவுடராக்கி ஒரு கிராம் அளவில் தினசரி மூன்று வேளை சாப்பிடலாம். இது பொதுவான வெள்ளைப்பாடு நோயை குணமாக்கும். இதில் குணம் பெறவில்லையென்றால் குர்ஸ் சிலான், சஃபூப் சிலான், மாஜூன் சுஹாக் சோண்ட் யுனானி மருந்துகளில் ஏதேனும் ஒன்றை மருத்துவரின் ஆலோசனைப்படி பயன்படுத்தலாம்.

ஒழுங்கற்ற அதிகமான மாதவிலக்கு

12 கிராம் மாதுள மரப்பட்டையை ஒரு கப் தண்ணீரில் கொதிக்க வைத்து வடிகட்டி காலையில் குடிக்கலாம். காவிக்கல், மணமதக்கல் (பல்பம்) இரண்டையும் பவுடராக்கி 6 கிராம் அளவில் தினசரி இரண்டு வேளை தண்ணீருடன் சாப்பிடலாம். மாஜூன் மோச்ரஸ், ஷர்பத் அன்ஜீபார், சுமீரா மூர்வாரித் யுனானி மருந்துகளை மருத்துவரின் ஆலோசனையின் பெயரில் பயன்படுத்தினால் நாட்கள் தொடரும் மாதவிலக்கு நிற்கும்.

தடைப்பட்ட மாதவிலக்கு

ஹப்பே முதிர், ஷர்பத் முதிர், மஹவாரி, மாஜூன் சஞ்ஜபீல் யுனானி மருந்துகள் தடைப்பட்ட மாதவிலக்கு வெளியேற்ற சிறந்த மருந்துகளாகும். இவைகளை மருத்துவர்களின் ஆலோசனைப்படி பயன்படுத்தலாம்.

கருத்தரிக்காமை

பார்ப்பதற்கு ஆணும் பெண்ணும் ஆரோக்கியமாக எக்ஸ்ரே, ஸ்கேனிங் படம், இரத்தப் பரிசோதனை எடுத்துப்பார்த்தாலும் எல்லாம் நார்மல் என்று தெரிய வரும். இந்நிலையில் பெண்கள் மாதவிலக்கின் ஏழாவது நாள் முதல் காலை மாலை இரண்டு வேளை ஹப்பே ஹமல் என்னும் மாத்திரையை ஒரு கப் பாலுடன் காலை மாலை ஒரு வேளை சாப்பிட வேண்டும். மூன்று நாட்கள் தொடர்ந்து சாப்பிட்டு நான்காவது நாள் உடலுறவு கொண்டால் கருத்தரிக்கும். இப்படி சில மாதங்கள் தொடர்ந்து பின்பற்றினால் குழந்தை பாக்கியம் உண்டாகும் என்று யுனானி மருத்துவம் கூறுகிறது.

* ஆண்களின் இந்திரியத்தில் அணுக்கள் சரியாக இருக்கும். பெண்களின் கர்ப்பப்பையும் ஆரோக்கிய நிலையில் இருக்கும். டாக்டர்களால் எந்தக் குறைபாடும் கண்டுபிடிக்க முடியாமல் திணறுவார்கள். அவர்களுக்கு ஹல்வா-ஏ-சுபாரிபாக் சிறந்த மருந்தாக அமைந்திருக்கின்றது. 25 கிராம் லேகியத்தை காலையில் வெறும் வயிற்றில் ஒரு டம்ளர் பாலுடன் குடித்தால் குழந்தை பாக்கியம் உண்டாகும். கணவனும் மனைவியும் ஒரே சமயத்தில் சிகிச்சை பெற வேண்டுமென்று



பிறந்து சில நாட்களே ஆகியிருக்கும் குழந்தையைப் பார்க்க வரும் உறவினர்கள் நண்பர்கள் குழந்தையின் கையில் பணத்தைத் திணிக்கிறார்கள். பல கைகள் மாறிவருவதால் ரூபாய் நோட்டுகள் மூலமாகவும் கிருமிகள் தாக்க வாய்ப்புள்ளது. இதைத் தவிர்த்து குழந்தையின் தாயாரிடமோ அல்லது தந்தையிடமோ பணத்தைக் கொடுக்கலாமே...

—மங்களாசாய்ராம்

நீடித்து நிலைக்கும் வெண்மைக்கு

உஜாலா



UJALA

From Jyothy Laboratories

ஜோதி லேபாரட்டரீஸ்
பம்பாய்.

உஜாலாவின் இரகசியம்

நூதனமான மைக்ரோ ஒயிட்னிங் மற்றும் மைக்ரோ டிஸ்பெர்ஷன் தொழில் டெக்னாலஜியில் ஜோதி லேபினுடைய லேபாரட்டரியால் V+ ஃபார்முலா கொண்டு தயாரிக்கப்பட்டது உஜாலா.

இந்தியாவிலும், வெளிநாடுகளிலும் கோடிக் கணக்கான மக்களின் இதயங்களை கவர்ந்து நிரந்தரமாக விரும்பப்படுகிறது உஜாலா. இதுவே உஜாலாவின் அபார வெற்றியின் இரகசியமாகும்.

உஜாலாவைப் போன்று தோற்றமளிக்கும் ஏராளமானவைகள் விற்பனைக்கு வருகின்றன. அவைகள் உஜாலாவின் இரகசியத்தை பெற முடியாது.

இப்போது 250 மிலி ஃபேமிலி பேக்கிலும் கிடைக்கிறது.

வாழ்வில் முடிவெடுத்த அந்தத் தருணம் என்றும் பசுமையானது...



அதற்கு ஈடான மற்றொரு தருணம் நீங்கள் யெஸ்டி அஸோஸியேடட் பில்டர்ஸிடம் இல்லம் வாங்கும் இனிய தருணம்தான்!

அண்ணா நகர், தி. நகர், நங்கநல்லூர், வேளச்சேரி
மற்றும் பிற இடங்களில் அழகிய தரமான
டீலக்ஸ் ஃபிளாட்டுகள் மற்றும்
தனி வீடுகள் வாங்க

அணுகுங்கள்

CREATORS
NOT JUST BUILDERS

YESDE ASSOCIATED BUILDERS LTD.

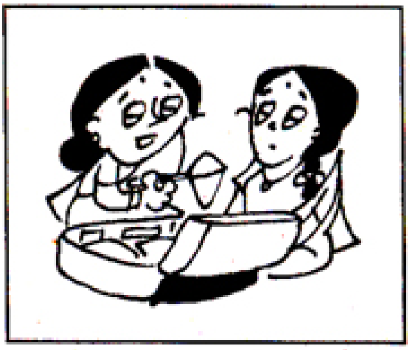
FLAT PROMOTERS & PROPERTY DEVELOPERS

26, Ranganathan Street, IInd Floor, T. Nagar, Madras - 600 017.
Phone : 4340224/4340210/4342667. Fax : 044-2344333

HITECH 9604

விடுமுறையில் உறவினருக்கு ஏதாவது வாங்கிச் செல்லும் பட்சத்தில் பழங்கள், பட்சணங்கள் என்று சகஜமாகி போனவைகளை ஒதுக்கி விட்டு சற்று வித்தியாசமாக கை துடைக்கும் துவாலைகள், முகம் துடைக்கும் டவல்கள், மேஜை விரிப்புகள், டீ வடிகட்டிகள், கத்திகள் என்று வீணாகாத பொருட்களாக வாங்கி அன்பளிப்பாகக் கொடுங்கள்.

–ஆமினா



யுனானி மருத்துவம் கூறுகிறது.

• கர்பப்பை பலவீனமாக இருப்பதால் குழந்தை பிறக்காமல் இருந்தால் அப்பெண்கள் தவா-எ–அபேஜ் என்னும் மருந்தை 500 மில்லி கிராம் அளவில் சாப்பிட்டால் கர்பப்ஸ்ப சக்தி பெற்று கரு உண்டாகும்.

• ஆண்மை பெண்மை இழந்த தம்பதியர்களுக்கு மாஜுன் சுபாரிபாக் சிறந்த மருந்தாகும். இதை 10 கிராம் அளவில் காலையில் சாப்பிட்டால் குழந்தை பாக்கியம் உண்டாகும். இவை அனைத்தையும் யுனானி மருத்துவரின் ஆலோசனைப்படி சாப்பிடுவது நல்லது.

கருச்சிதைவு

சில பெண்களுக்குக் கருத்தரித்தாலும் குழந்தைகள் இறந்து பிறக்கும். அல்லது மூளை வளர்ச்சி குறைந்து பிறக்கும். சில குழந்தைகள் கருப்பையினுள் வாடி வதங்கி பிறக்கும். அல்லது மூன்றாவது ஆறாவது மாதம் கருச்சிதைவு ஏற்பட்டு விடும். இவர்கள் மாஜுன் ஹமல் அம்பர் அல்விகானி என்னும் லேகியத்தை 5 கிராம் அளவில் ஒரு கப் பாலுடன் காலையில் சாப்பிட்டால் அழகான ஆரோக்கியமான குழந்தை பிறக்கும் என யுனானி மருத்துவம் கூறுகிறது.

• கர்ப்பக்காலத்தில் பெண்களுக்கு இரத்தப்போக்கு உண்டாகி கருச்சிதைவு ஏற்படும். இவர்கள் 4 கிராம் சஃபூப் மர்ஜான் மர்வாரித் காலை மாலை இரண்டு வேளை சாப்பிட்டால் கருச்சிதைவு, இரத்தப் போக்கு ஏற்படுவது தடுக்கும்.

கர்ப்ப கால வாந்தி

கர்ப்பக் காலத்தில் பொதுவாக ஏற்படும் வாந்தி, குமட்டல் தலைவலி, பசியில்லாமை ஆகியவை கட்டுப்படுத்த குர்ஸ் ஹவாமில் மாத்திரையை காலை மாலை இரண்டு வேளை சாப்பிடலாம்.

கர்ப்பிணியின் சிறுநீரக நோய்கள்:

கர்ப்பிணிகளுக்கு உப்பு நோய் ஏற்பட்டு சிறுநீரகங்களில் கற்கள் கூடும். அவைகளை அறுவை சிகிச்சை இல்லாமல் கரைக்க தவா-எ-சங் அல்லது சஃபூப் பத்தர்பொடி மருந்தினை மருத்துவரின் ஆலோசனைப்படி பயன்படுத்தலாம். அறுவை சிகிச்சை இல்லாமல் சிறுநீரகக் கற்களை கரைத்து வெறியேற்ற இது சிறந்த மருந்தாகும்.

சிறுநீர்ப் பாதையில் அடிக்கடி யூரினரி இன்ஃபெக்ஷன் ஏற்படுவதால் சிறுநீரகங்களிலும் கொப்பளங்கள் உண்டாகும். இதற்கு பாலிசிஸ்டிக் சிறுநீரகங்கள் என்றழைப்பார்கள். இதை குணமாக்க பனாதிஹுால் புஜுார் 2 மாத்திரைகளை காலை மாலை இரண்டு வேளை சாப்பிடலாம். மேலும் ஷர்பத் வரத் என்னும் டானிக்கை 30 மில்லி லிட்டர் அளவில் தினசரி இர்ண்டு வேளை குடிக்கலாம்.

சென்னையைச் சேர்ந்த ஓர் இளம் தாய்க்கு கிட்னி ஃபெயிலியர் நோய் ஏற்பட்டது. ஸ்கேனிங் படம் எடுத்துப் பார்த்ததில் சிறுநீரகங்கள் சுருங்கிவிட்டிருக்கின்றன. செயலிழந்து விட்டிருக்கின்றன. யூரியா, கிரியாடினின் அதிகரித்துள்ளது. தொடர் வாந்தி, மயக்கம், இளைப்பு ஏற்பட்டுக் கொண்டிருந்தால் மரணம் நிச்சயம் என்று கூறினார்கள். உடனடியாக டயாலிஸிஸ் செய்ய வேண்டும். சிறுநீரகத்தை மாற்ற வேண்டும் என்று கூறினார்கள். அதை விரும்பாத அவர் வடாற்காடு அம்பேத்கர் மாவட்டம் மருதி வீதியில் உள்ள அக்பர்கவுஸர் யுனானி கிட்னி ஃபவுண்டேஷன் மையத்திற்கு வந்தார். அவருக்கு மூலிகை மருந்துகள் தரப்பட்டன.

மாதந்தோறும் இரத்தப் பரிசோதனை செய்து கொண்டு வருகின்றார். யூரியா, கிரியாடினின் ஆரோக்கிய நிலையில் உள்ளது. டயாலிஸிஸ் இல்லாமல் சிறுநீரகங்கள் மாற்றாமல் ஆரோக்கியமாக இருக்கின்றார்.

கும்பகோணத்தைச் சேர்ந்த ஒரு பெண்ணுக்குக் கர்ப்ப காலத்தில் கடுமையான இடுப்பு வலி ஏற்பட்டது. சிறுநீரில் இரத்தம் கசிந்து வரத் தொடங்கியது. அவருக்கு ஸ்கேனிங் படம் எடுத்துப் பார்த்ததில் சிறுநீரகங்களில் கற்கள் இருப்பதாக தெரிய வந்தது. மருத்துவர்கள் அறுவை சிகிச்சை மட்டுமே ஒரே வழி என்று கூறினார்கள். இரத்தக் கொதிப்பு அதிகமாக இருப்பதால் அறுவை சிகிச்சையால் சிறுநீரகங்கள் செயலிழக்கும் அபாயமும் இருப்பதாக தெரிவித்தார்கள். இந்நிலையில் அவர் வாணியம்பாடிக்கு வந்தார். அவருக்கு 6 கிராம் கொள்ளு, 25 மில்லி முள்ளங்கி சாறு இரண்டையும் 120 மில்லி லிட்டர் தண்ணீரில் கொதிக்க வைத்துக் கொடுத்தேன். அறுவை சிகிச்சை இல்லாமல் கற்கள் கரைந்து வெளியேறியது.

மாதவிலக்கு வலி

கக்கு 6 கிராம், வாய்விளங்கம் 6 கிராம், வெல்லம் 6 கிராம் மூன்றையும் 15 மில்லி தண்ணீரில் கொதிக்க வைத்து வடிகட்டி மாதவிலக்கின் ஏழாவது நாள் முதல் 10வது நாள் வரை காலையில் ஒவ்வொரு மாதமும் குடித்து வந்தால் குணம்பெறும்.

இத்தனை இன்னல்களுக்குப் பின் ஒரு பெண் குழந்தையைப் பெற்றெடுக்க தயாராகும் நிலையில் துரதிர்ஷ்டவசமாக கணவன் குழந்தையைப் பெற்றெடுக்க தகுதியற்றவராக காணப்படுவார். அவருடைய இந்திரியத்தை பரிசோதனை செய்துப் பார்த்தால் அணுக்களின் உற்பத்தி தடைப்பட்டிருக்கிறது. அல்லது அணுக்களின் எண்ணிக்கை குறைவாக இருக்கின்றது. அணுக்கள் அதிகளவில் செத்துக் கிடக்கின்றன என்பது தெரியவரும். இவர்களுக்கு யுனானி மருத்துவம் ஆரோக்கியம் அளிக்கின்றது. குழந்தை பாக்கியம் உண்டாக்குகிறது. இழந்த ஆண்மை பெண்மை சக்தியைத் திரும்பவும் பெற வழி வகுத்துக் கொடுக்கின்றது. குழந்தையைப் பெற்றெடுக்க ஆண், பெண் இருவரும் ஆரோக்கியமாக இருக்க வேண்டும். ஆண்களின் இந்திரியத்தில் அணுக்கள் குறைவதற்கு அல்லது இறந்து விடுவதற்குப் பல காரணங்கள் இருக்கின்றன. அவைகளில் மிகவும் முக்கியமானது அவர்களின் தீய பழக்கங்களாகும். கஞ்சா, ஃபோர்ட்வின், டிடி.ஜி.எபிக், பெதடின், மார்பின், போதை மாத்திரைகள், தூக்க மாத்திரைகள் பயன்படுத்துபவர்களின் இந்திரியத்தில் அணுக்கள் செத்து விடுகின்றன. ஆண்கள் ஆண்மை இழந்து குழந்தை பெற்றெடுக்கத் தகுதியற்றவர்களாக ஆகிவிடுவார்கள். இதற்கு முறையான சிகிச்சை அளிக்கப்பட வேண்டும். போதைப் பழக்கம் நீங்க யுனானி மருத்துவத்தில் ஏராளமான மூலிகை மருந்துகள் கூறப்பட்டிருக்கின்றன. அவைகளைக் கொண்டு சிகிச்சை அளிக்கப்பட வேண்டும். வாணியம்பாடியில் கடந்த 18 ஆண்டுகளாக மது அடிமைகள் மறுவாழ்வு மையம் என்னும் 100 படுக்கை வசதி கொண்ட மையத்தையும் நடத்தி வருகின்றேன். பல போதை அடிமைகள் போதையிலிருந்து விடுதலை பெற்றதுடன் போதையால் ஆண்மை இழந்து குழந்தை பெற்றெடுக்கத் தகுதி இல்லாதவர்களாக இருந்தவர்களில் பலர் ஆரோக்கியமாக இருக்கின்றார்கள். மேலும் விபரங்களை கடிதம் அல்லது தொலைப்பேசி மூலம் பெறலாம். தொலைப்பேசி எண் : 04174-24095.



விடுமுறையை உறவினர் வீட்டில் மகிழ்ச்சியாக கழித்து விட்டுத் திரும்பும்போது அங்குள்ள பிள்ளைகளுக்கு அல்லது பெரியவர்களுக்கு விருப்பமான, அவர்கள் வாங்க வேண்டுமென்று நினைக்கிற பத்திரிகைகளை அறிந்து கொண்டு வந்து ஊர் திரும்பியதும் நன்றிக் கடிதத்தோடு, அப்பத்திரிகைகளுக்கு அவர்கள் பெயரிலேயே வருடச் சந்தா கட்டி அனுப்பி வைத்தால் வருடம் முழுவதும் இனிமையோடு உங்களை நினைவு கூர்வார்கள்.

ஆமினா

திருமணம் என்ற பெயரில் பாதிக்கப்படுகிறார்கள்!

* கணேசன்



பெண்களின் மனநலந்தான், ஆண்களை விட அதிகம் பாதிக்கப்படுகின்றது. இதற்குக் காரணம் என்ன?

"ஆண் ஆதிக்க சமுதாய அமைப்பே பெண்களுக்கு அதிகமான மனநல பிரச்னைகள் ஏற்பட க்காரணமாக இருக்கிறது" என்று கூறுகிறார் கோவை பாரதியார் பல்கலைக் கழகத்தில் உளவியல் துறையில் பணியாற்றும் பேராசிரியர் வே. கணேசன்.

"இந்த நிலைமாறி பெண்கள் நல்ல மனநலத்துடன் வாழ வேண்டும் என்றால், அதற்கு ஆண்களின் ஒத்துழைப்பும், பெண்களும் தங்கள் மனநலத்தைப் பாதுகாத்து வளர்த்துக் கொள்வதில் கவனம் செலுத்துவதும் மிகவும் அவசியம்" என்று வலியுறுத்துகிறார் இவர்.

"பெண்கள் கல்வி கற்பதும், வேலைக்குச் சென்று வருமானம் ஈட்டுவதும் தற்போது அதிகரித்து வந்தாலும், அவர்களது மனநலம் காக்கப்படவும், மனத்தில் ஒரு உத்வேகமும், தைரியமும் மகிழ்ச்சியும் ஏற்பட உதவும் வாய்ப்புகளும் கிடைக்கவில்லை. இவ்வாறு தமது எண்ணங்களையும், கருத்துக்களையும், உணர்ச்சிகளையும் நம்பிக்கையுடனும், மனஉறுதியுடனும் வெளியிடும் திறனை வளர்த்துக் கொள்ள வெளிப்பாட்டுத் திறன் வளர்க்கும் பயிற்சி (Assertiveness Training) பெரிதும் உதவும்.

அச்சம், மடம், நாணம், பயிர்ப்பு போன்ற குணநலன்கள் பெண்களுக்கு அவசியப் என்று தமிழ் கலாச்சாரம் வரையறுத்திருந்த போதிலும் புரட்சிக் கவி பாரதியார் குறிப்பிட்டது போல் "தீமை கண்டு பொங்கி எழும் தீரத்தையும்" பெண்களுக்குத் தமிழ் கலாச்சாரம் போதித்துள்ளது.

ஆண்களில் பெரும்பாலோர் நல்ல குணமுடையவர்களாக இருந்தாலும், சிலர் சுயகட்டுப்பாடின்றி பாலுணர்வு நோக்கத்தால் நடந்து கொள்வதுண்டு. இத்தகையவர்கள் எல்லோரையும் எளிதில் அடையாளம் கண்டு கொள்ள இயலாது. படிப்பு, பதவி, வயது ஆகிய போர்வைகளில் மறைந்திருந்து, சமய, சந்தர்ப்பம் வரும் போது இவர்கள் தங்களுக்கு இரையாகக் கிடைக்கும் பெண்களைத் தாக்கும் பழக்கம் உடையவர்கள். விபத்துக்கு ஆளாவது போல சில பெண்கள் திருமணம் என்ற பெயரில் இவர்களால் பாதிக்கப்படுவதுண்டு. இத்தகைய பெண்கள் பல ஆண்டுகளுக்குப் பிறகும் இத்தகைய தாக்கங்களினால் ஏற்பட்ட மன அதிர்ச்சியிலிருந்து மீளுவதில்லை. இதற்குத் தகுந்த செயல் சிகிச்சை (Behaviour Theraphy) தருவதன் மூலம் அவர்களது மனநலனை பூரணமாகத் திரும்பப் பெற உதவ முடியும்" என்றார் பேராசிரியர். தன்னிடம் உதவி பெற்று மனநலம் கூடிய சிலரைப் பற்றி விவரித்தார் -

மேரி கணவனைப் பிரிந்து வந்து ஓர் ஆண்டு ஆகிறது. மேரியின் கணவர் ஜான்சன் மனைவியின் நடத்தையில் சந்தேகம் கொண்டு "நீ யாரை மனத்தில் வைத்துக் கொண்டிருக்கிறாய்?" என்று அடிக்கடி நு ன் பு று த் து



வார். இதையெல்லாம் சகித்துக் கொண்டு கல்யாணம் ஆகி முதல் இரண்டு வருடங்களை எப்படியோ தள்ளி விட்டாள் மேரி. ஆனால் ஜான்சன் அவருடைய தம்பியிடமோ, தன்னுடைய தம்பியிடமோ மேரி பேசினாலும் கூட சந்தேகப்பட ஆரம்பித்துவிட்டார். அப்போது தான் மேரி இந்த மண வாழ்க்கையில் அர்த்தமே இல்லை என்ற முடிவுக்கு வந்துவிட்டார். கணவனைப் பிரிந்து தனது பெற்றோரின் வீட்டிற்கு வந்துவிட்டார். ஜான்சனும் விவாகரத்து கோரி தீவிர முயற்சியில் இறங்கிவிட்டார். இந்த நிலையில் ஆலோசனை பெற அழைத்து வரப்பட்ட இருவரும் தாங்கள் ஒன்றுசேர வாய்ப்பே இல்லை என்ற முடிவுக்கு வந்திருந்தனர்.

மேரியின் மீது எந்தக் களங்கமும் இல்லை யென்றாலும், ஜான்சன் அவர் மீது சந்தேகப்படக் காரணம் என்ன? மேரிக்குப் பொதுவாகவே தாம்பத்ய உறவில் நாட்டம் இல்லை. அதற்குப் பதிலாக அதிகமான கூச்சமும், பயமும், அருவருப்பும் இருந்தன. இதனை ஜான்சன் தன்னை மேரி வெறுப்பதாகவும், தன் மீது நாட்டமில்லாமல் இருப்பதாகவும் கற்பனை செய்து கொள்ளவும் ஏதுவாகி விட்டது.

மேரியின் பெற்றோர்கள் மிகவும் கட்டுப்பாட்டுடன் அவளை வளர்த்ததனால் அவளுக்குக் கணவன் தன்னை நெருங்கி வரும் போது அது தவறான செயல் போன்று தோன்ற ஆரம்பித்தது. தகுந்த செயல் சிகிச்சை மூலம் ஒரு வாரத்தில் மேரியின் கூச்சம், பயம், அருவருப்பு உணர்ச்சிகள் யாவும் நீக்கப்பட்டு தாம்பத்திய சுகத்தை முழுவதும் அவரால் ரசித்து அனுபவிக்கும் நிலை ஏற்படுத்தப்பட்டது. இதன் பிறகு ஜான்சனுக்கு மனைவியின் அன்பில் எந்த சந்தேகமும் எழவில்லை, விவாகரத்து என்ற பேச்சுக்கே இடமில்லாமல் போய் விட்டது. மேரியும் ஜான்சனும் தங்களது இரண்டாவது தேன் நிலவுக்காக கோவாவுக்குப் புறப்பட்டு விட்டனர்.

இந்த சந்தேக பிரச்னை வேறு கோணத்திலும் ஏற்படுவதுண்டு. மனைவி மேல் கணவனுக்குச் சந்தேகம் என்றாலே பெரும்பாலும் அது கணவரின் பாலுணர்வில் ஏற்பட்டுள்ள குறைபாட்டையே குறிக்கும். மனைவியைக் கணவன் தன்னால் திருப்திபடுத்த இயலவில்லை என்று உணரும் போது, கூடவே, மனைவிக்கு இதனால் ஏமாற்ற உணர்வும், ஏக்கமும் ஏற்பட்டிருக்குமோ என்ற உணர்வும் வந்து விடும். பாலுணர்வு அதிருப்தியால் மற்றவர்களை நாடித் தன் மனைவி போகக்கூடுமோ என்ற கற்பனை வளர ஆரம்பித்து விடும். பிறகு ஒரே குழப்பந்தான். தொட்டதற்கெல்லாம் சந்தேகந்தான். இன்னார் மீதுதான் சந்தேகப்படுவது என்ற வரையறை இருக்காது. இந்த சந்தேகம் கணவனைப் பைத்தியமாக அடித்து விடும். இப்படி பல கேஸ்களையும் நான் குணப்படுத்தி இருக்கிறேன்.

பேய் பிடித்தல் :

பேய் பிடிப்பதென்பது அதீதமான சக்திகளின் பாதிப்பினால் அல்ல. பெரும்பாலும் பெண்களையே பேய்கள் பிடிப்பதன் காரணம் என்ன? பெண்கள் சில இக்கட்டான பிரச்னைகளை விழுங்கவும் முடியாமல், வெளியே சொல்லவும் முடியாமல் ஏற்படும் பாதிப்பின் விளைவே பேய் பிடித்ததைப் போன்று தோற்றமளிக்கிறது. போதாக் குறைக்கு கணவன் மற்றும் மாமனார் மாமியார் கொடுமையும் சேர்ந்து கொண்டால் கேட்கவே வேண்டாம். பெரும்பாலும் திடீர் பணக்காரராக வேண்டும் என்று வெளிநாடுகளுக்குச் செல்பவர்கள், மனைவியைத் தனியே விட்டு விட்டுச் செல்லும்போது - அந்தப் பெண்கள் பல பிரச்னைகளை சமாளிக்க வேண்டியுள்ளது. இதனால் அவர்கள் மனநலம் பாதிக்கப்படும் வாய்ப்புள்ளது.

தடுப்பு மற்றும் சிகிச்சை :

வருமுன் காப்பது, அல்லது வந்தபின் தீர்வு காண்பதன் மூலம் பெண்களின் மனநல பிரச்னைகளுக்குத் தீர்வு காண இயலும். பெண்கள் தங்கள் தற்காப்பிற்காகவும், குடும்பத்திற்காகவும் தன்னம்பிக்கையையும், தைரியத்தையும் வளர்த்துக் கொள்ள வேண்டும் என்கிறார் பேராசிரியர் கணேசன்.

உடல் மெலிந்தவர்கள் தேனில் பேரிச்சம்பழத்தை ஊற வைத்துத் தினமும் சாப்பிட்டு வந்தால் சதை பிடிக்கும்.

- ஆர். பார்த்திபன்

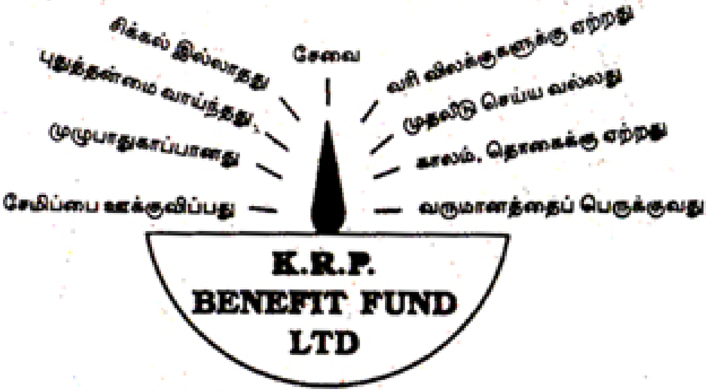


K.R.P. பெனிபிட் பண்ட் லிட்.

Registered Office : JVL ஆர்கெட், 199, வடக்கு உஸ்மான் ரோடு,
தி. நகர், சென்னை - 600 017. போன் : 8240120/8240121

Member Service Centres :

1. NEW DELHI : 116/117, Upper Ground Floor, World Trade Centre, Connaught Circus, New Delhi - 110 001. Phone : 3310098
2. BOMBAY : 1404, Dalamal Towers, 211, Nariman Point, Bombay - 400 021. Phone : 2875662/2885040
3. BANGALORE : 85, Manish Towers (4th Floor) J.C. Road, Bangalore-560 002.
4. COIMBATORE : 214, New Scheme Road, Pappanaicken Palayam, Coimbatore - 641 037. Phone : 214328/216801



"அகவிருள் அகற்றி அறிவொளி வீசுக"

எங்களுடைய சேமிப்பு மற்றும் முதலீடு அம்சங்களில் நாங்கள் மேற்கண்ட 9 சிறப்பு மிக்க பொருளாதார கொள்கைகளை கடைப்பிடிக்கின்றோம்.

1. KRP-யின் "சித்திரை" சிறப்புத் திட்டங்கள் தற்போது அமுலில் உள்ளது.
2. நாங்கள் 30 நாட்கள் முதல் 36 மாதங்கள் வரையிலான சேமிப்பு ஏற்றுக் கொள்கிறோம்.
3. உங்களது சேமிப்பு 36 மாதங்களில் இரு மடங்காகும்.
4. குறைந்தபட்ச வைப்புநிதி ரூ. 1000/- மற்றும் ரூ. 500/-ன் மடங்குகளில்.
5. வருட வட்டி விகிதம் 15.5% முதல் 23.5% வரை.
6. பின் தேதியிட்ட காசோலைகள் முன்னதாகவே வழங்கப்படும்.
7. வெளியூர் டிபாசிட்தாரர்களின் நலனுக்காக முழுதும் மாற்றத்தக்க காசோலை வசதி I.O.B.-யின் 52 கிளைகள் மூலமாக.

லேவாதேவிகள் பங்குதாரர்களுக்கு மட்டும்

Dr. லட்சுமி பிரகாஷ், M.Com., Ph.D.,
இயக்குனர்

"பெண்களையும், முதியவர்களையும், குழந்தைகளையும் மனதில் கொண்டு பெண்களால் நடத்தப்படும் மையம்."

"இரட்டையராகப் பிறந்த நாங்கள் இருவரும் சிறுவயதில் இருந்தே ஒரே மாதிரி உடை உடுத்த வேண்டும் என்றுதான் விரும்புவோம். காதணி, கழுத்தணி எல்லாம். கடைகளில் போய்ப் பார்க்கும்போது ஒரு டிரெஸ் ரொம்ப சிறப்பாக இருக்கும். அதில் இரண்டு செட் இருக்காது. இரண்டு செட் ஒரே மாதிரியாக எங்களுக்கும் பிடித்ததாக.. ரொம்ப கஷ்டப்பட்டோம்.



இதையெல்லாம் பார்த்து என்னுடைய தந்தை ஏன் நீங்களே ஃபேஷன் டிசைன் கற்றுக் கொண்டு ஒரே மாதிரி தைத்து அணிந்து கொள்ளுங்களேன் என்றார். அதிலிருந்து எங்கள் வாழ்க்கைப்பாதையே மாறிவிட்டது எனலாம்..."



என்கிறார்கள் வனிதா சுனிதா சகோதரிகள், முன்னாள் தலைமைச் செயலாளர் ராயப்பாவின் புதல்விகள்தான் இவர்கள். சரித்திரப்பாடத்தில் எம்ஃபில், பிஎச்டி பட்டம் பெற்ற இவர்களின் வாழ்க்கைப் போக்கை மாற்றியது தந்தையினுடைய பேச்சு.

உடனே கோத்தாரியில் சேர்ந்து பேஷன்டிசைனிங் கற்று மிகச் சிறப்பான முறையில் தேர்ச்சிபெற்ற இவர்கள், பேஷன் ஸ்பெஷலே போடலாம் அளவுக்குத் தைத்துத் தள்ளினார்களாம். ஏன் நாம் இதையே வியாபாரமாகச் செய்யக் கூடாது என பெரிய கடைகளை அணுகியிருக்கிறார்கள். கோ-ஆப்டெக்ஸ் மற்றும் பல முன்னணி நிறுவனங்கள் இவர்களுக்கு ஆதரவு அளித்திருக்கிறார்கள். அப்படிப் பிறந்ததுதான் இவர்களுடைய 'ராயப்பா ட்வின்ஸ் டிசைன் வேர்' எனும் லேபிளில் 'லே ஜூமல்ஸ்' எனும் நிறுவனம். அப்படியென்றால் பிரெஞ்சில் இரட்டைச் சகோதரிகள் என்று அர்த்தமாம்.

"இப்போது பல கடைகளுக்கும் நாங்கள் மொத்தமாக டிசைன் செய்து



கோண்டை

தைத்துக் கொடுக்கிறோம். பல ஃபேஷன் ஷோக்களுக்கும் உடைகள் செய்து தருகிறோம். தமிழக அரசின் பல விருதுகள் எங்களுக்குக் கிடைத்ததை மிகப் பெருமையாகவே கருதுகிறோம். சமீபத்தில் 'ஆர்கேட்' பத்திரிகையில் உலகப் புகழ் பெற்ற டிசைனர்களுடன் எங்களையும் தேர்ந்தெடுத்திருக்கிறார்கள் என்பது மிகவும் பெருமையான விஷயம்.



கீதாஞ்சலி காஷ்யம், மோனா லம்ப்பா, நிகில் கபூர் போன்றவர்களின் டிசைன்களுடன், நாங்கள் அனுப்பியிருந்த டிசைன்களையும் தேர்ந்தெடுத்து இருக்கிறார்கள். அவைகள் அடங்கிய ஆர்கேட் சம்மர் '96' வெளிவரப் போகிறது" என்கிறார்கள் இந்த இளம் பெண்கள் பரவசத்துடன். இவர்கள் இந்த அளவு உயர்ந்ததற்குக் கடுமையான உழைப்பும், மிகுந்த கலையுணர்வும்தான் காரணம் என்கிறார்கள். வீட்டிலேயே மெஷின்களை வைத்து உடைகளைத் தயாரிக்கிறார்கள். அப்பாவின் வார்த்தையால் மாறினாலும், அவர் காலஞ்சென்ற பிறகு அம்மா அஞ்சலினாவும், சகோதரர்கள்





ஸ்பெஷல்!

HOLIDAY GAMES!

DON'T MISS THE MAY ISSUE!

GOKULAM
The monthly magazine for children

96 PAGES FOR JUST Rs. 5!

GOKULAM, 47, Jawaharlal Nehru Road, Ekkaduthangal, Madras - 600 097.

தேவ்குமாரும், ஜெய்குமாரும் மிகுந்த ஆதரவு தருகிறார்களாம்.

இளம்பெண்களான இவர்களின் லட்சியமும் சாதாரணமானதல்ல.

" ஃபேஷன் டிசைனிங்கில் உலகப்புகழ் பெற வேண்டும் என்பதுதான் எங்களுடைய விருப்பம். உலகில் ஃபேஷன் டிசைனிங்குக்காக புகழ்பெற்ற கடைகள் எங்களை அணுக வேண்டும் என்பதுதான் எங்களுடைய ஆசை. தமிழ்ப் பெண்களான நாங்கள் உயர்ந்து தமிழ்நாட்டுக்குப் பெருமை சேர்க்க விரும்புகிறோம்..."

என்கிறார்கள் இவர்கள்.

அடையாறு கஸ்தூரிபாய் நகரில் உள்ள இவர்களின் தொலைபேசி எண் 419231.

"சரி, உலகம் உலகம் எனப் பேசுகிறீர்களே, உங்களின் வாழ்க்கையை எப்படி அமைத்துக் கொள்ளப் போகிறீர்கள்...?"

என்றபோது சிரிக்கிறார்கள்.

"கண்டிப்பாக எங்களுடைய ரசனையைப் புரிந்து கொள்ளும் இரட்டைச் சகோதரர்களைத்தான் மணந்து கொள்வோம்..."

"அப்புறம்..."

"எங்களுக்கு ஓவியம் வரைய ரொம்பப் பிடிக்கும். எங்களுடைய உடைகளில் காணப்படும் பேப்ரிக் பெயின்டிங் எல்லாம் நாங்கள் செய்ததுதான். அதை மேலும் விரிவுபடுத்தணும். எங்கள் தொழிலை விரிவுபடுத்த வேண்டும். அப்பாவின் பெயரால் ஒரு அனாதை இல்லம் அமைக்க வேண்டும்..."

என கண்களை விரித்துக் கூறிக் கொண்டே போகிறார்கள். இவர்களுடைய லட்சியங்கள் எல்லாமே பெரியதாகத்தான் இருக்கிறது. இருக்கட்டும். மிகப்பெரிய சாதனைகளைப் படைக்க வேண்டும் என விரும்புவதில் தவறில்லையே. இந்த இளம் பெண்கள் உலகப் புகழ்பெற வாழ்த்துவோம்.

(படங்களில் உள்ள டிசைன்கள் எல்லாம் கோடைகாலத்திற்காக கோ-ஆப்டெக்ஸ் நிறுவனத்திற்காக வடிவமைக்கப்பட்டவை. படங்கள் கொடுத்துதவிய கோ-ஆப்டெக்ஸ் நிறுவனத்திற்கு நன்றி.)

பேட்டி : **பவித்ரா.**

வெற்றி பெறும் வகைகள், நீடித்துழைக்கும் நிறங்கள்.



பாம்பே டையிங்
பள்ளிச் சீருடைத்
துணி வகைகள்

வெற்றி வாகை சூட என்றும் முன்னணியில் உள்ள இத்துணிகள் சீருடை சிறப்பம்சங்களைக் கொண்டுள்ளன.

பாலியெஸ்டர் நிறைந்த பள்ளிச் சீருடைத் துணிகள்

- துவைக்க மற்றும் உடுக்க எளிதானது
- நிறங்கள் மங்காது
- ஒவ்வொரு சலவைக்கும் பின்னும் புத்தம் புதியது போல் தோன்றும்
- சுருக்கங்கள் ஏற்படாது
- உங்களுக்குத் தேவையான நிறங்களில் கிடைக்கிறது.

பள்ளிப் பைகள்

கான்வாஸ் மற்றும் நைலான் பள்ளிப் பைகள். பிடுக்கான ஜிப்பர் மற்றும் தேவைக்கேற்ப மாடல்களில் கிடைக்கிறது

சாக்ஸ்

தூய பருத்தி மற்றும் நைலான் சாக்ஸ்கள் பல்வேறு வண்ணங்களில் கிடைக்கிறது. வலைப்பாய் பின்னப்பட்ட மற்றும் ரிப் டிசைன் கொண்ட சாக்ஸ்கள்.

அனைத்தும் உங்கள் அருகாமையிலுள்ள பாம்பே டையிங் ஷோரூமில் கிடைக்கின்றன.

SEASONS/BD/309 TAM

பள்ளிச் சீருடைத் துணிகள், சாக்ஸ்கள் மற்றும் பள்ளிப் பைகள்

பாம்பே டையிங்

“அப்பா, சாப்பிட வாயேன்! ஒனக்கு ஆபீசுக்கு லேட் ஆயிடும். ஜன்னல்கிட்டே நின்னு அப்படி என்ன வேடிக்கை? ஒனக்குப் பிரியமான சமையல். என்னாலேயே ஆவலை அடக்க முடியலை. அப்புறம் உன்னை விட்டுச் சாப்பிட ஆரம்பிச்சிடுவேன்...” என்றான் சம்பத் டைனிங் டேபிளில் இருந்தபடி.

“ஊஹூம். தபால்காரர் நம் வீட்டைத் தாண்டும் வரை உங்கப்பா ஜன்னலை விட்டு நகர மாட்டார். அவர் வந்தாத் தான் உங்களுக்கும் சாப்பாடு...” என்று ஹேமாவும் ஒரு நாற்காலியில் அமர்ந்து விட்டாள்.

தெருக் கோடியில் தபால்காரரின் காப்பிப் பொடி நிறச் சீருடையைக் கண்டார் கிருஷ்ணன். அவ்வளவுதான். வழக்கம் போல, தனக்கு வர இருக்கும் கடிதங்களை எண்ணித் துடிக்கத் துவங்கி விட்டது அவர் இதயம்.

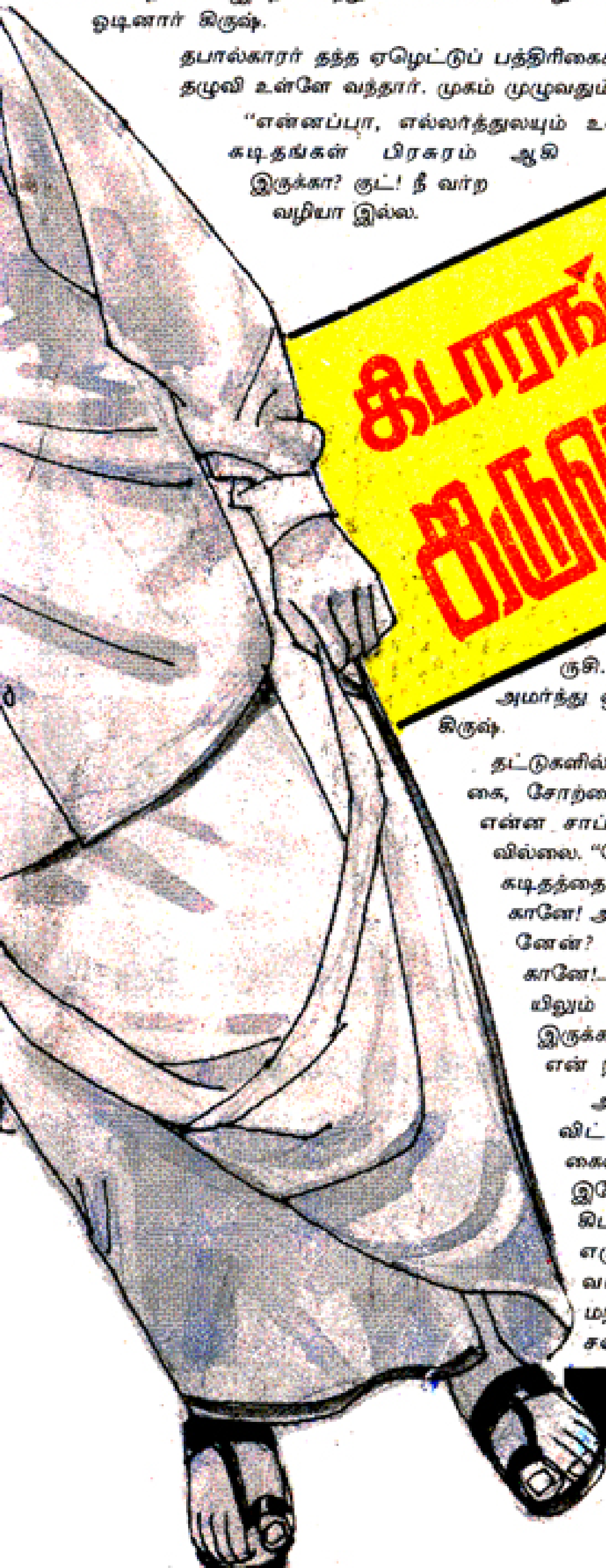


ஆணி அடித்தது போல் ஜன்னல் அருகிலேயே நின்று விட்டார். "சீக்கிரம் வாயேம்பா!"

சார் போஸ்ட்! கிணிங், கிணிங்! அப்பா! உலகிலேயே மகிழ்ச்சி தரும் சொல் 'சார் போஸ்ட்'தான். "இதோ வந்துட்டேம்பா!" - சிறுவனைப் போல வீட்டு வாசலுக்கு ஓடினார் கிருஷ்.

தபால்காரர் தந்த ஏழெட்டுப் பத்திரிகைகளை மார்போடு தழுவி உள்ளே வந்தார். முகம் முழுவதும் பரவசம்.

''என்னப்பா, எல்லாத்துலயும் உன் கடிதங்கள் பிரசுரம் ஆகி இருக்கா? குட்! நீ வர்ற வழியா இல்ல.



கிடாரங்கொண்டான் கிருஷ்ணமூர்த்தி

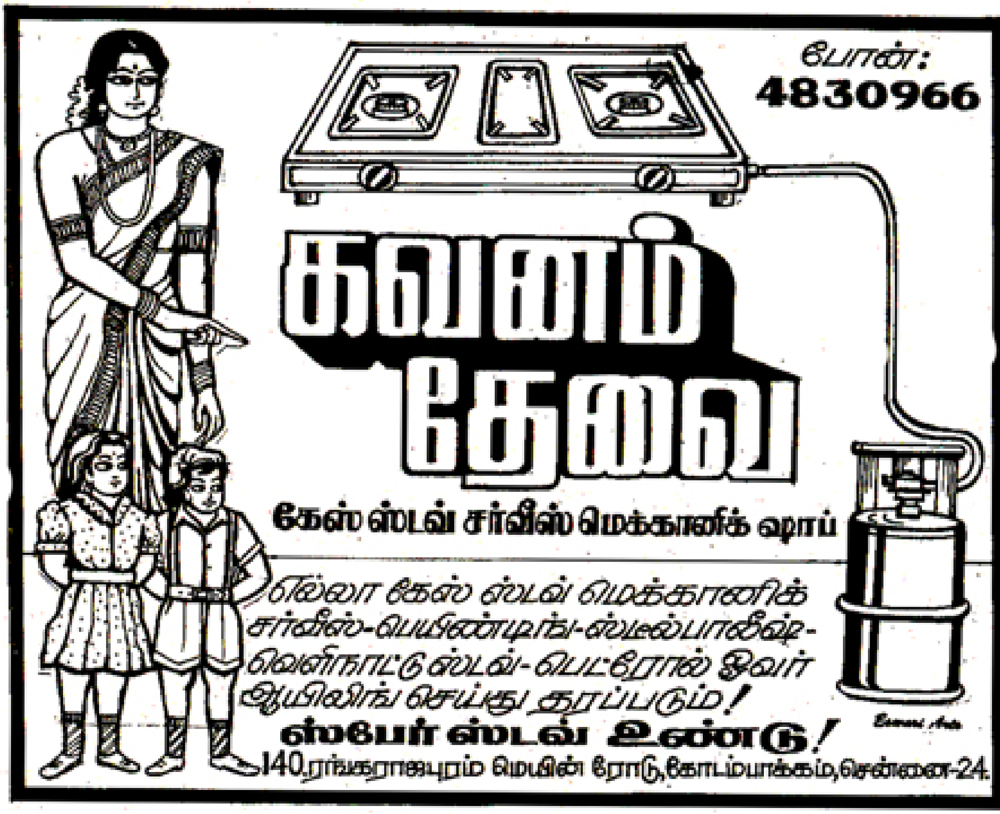
பசிச்சுது. சாப்பிட ஆரம்பிச்சேன். ஸாரி...'' என்றான் சம்பத்.

''சாப்பிடு. உனக்கு சாப்பாட்டுல ருசி...'' என்று டைனிங் டேபிள் எதிரே அமர்ந்து ஒவ்வொரு பத்திரிகையாகப் புரட்டினார் கிருஷ்.

தட்டுகளில் ஹேமா பரிமாறினாள். கிருஷ்ணனின் கை, சோற்றை அளைந்தது. கண்கள் பத்திரிகையில். என்ன சாப்பிடுகிறோம் என்பதையே அவர் உணர வில்லை. "வெரிகுட். இவன் நல்லவன். நான் எழுதிய கடிதத்தை அப்படியே வரிக்கு வரி பிரசுரித்திருக் கானே! அடடா, எவ்வளவு பெரிய லெட்டர் எழுதி னேன்? சுருக்கி ரெண்டே வரி போட்டிருக் கானே!.. போனாப் போறான். கேள்வி பதில் பகுதி யிலும் என் ஒரு கேள்விக்குப் பதில் சொல்லி இருக்கான். அட, இங்கப் பாரேண்டா, இதுல என் நாலு ஜோக்ஸ் வேற வந்திருக்கு!"

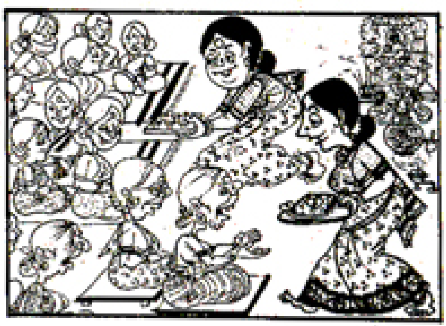
அதற்குள் சம்பத் மோர் சாதத்திற்கு வந்து விட்டான். இடது கையால் ஒரு பத்திரி கையைப் புரட்டியபடி, "அட, உன் லெட்டர் இதோ ஒண்ணு பிரசுரம் ஆகி இருக்குப்பா. கிடாரம் கொண்டான் கிருஷ்ணன். என்ன எழுதி இருக்கு? 'சென்ற இருபத்து ஆறு வாரங்கள் நழுவியதே தெரியவில்லை. மந்த்ராதேவி எழுதிய 'வானவில்லில் ஊஞ் சல் கட்டி...' சிம்ப்ளி சூபர்ப். இவரின்

கண்ணன் மகேஷ்



"ஏண்டி நாட்டுப் பெண்ணே புது வருஷத்துக்கு வந்திருக்கிற சுமங்கலிக்கெல்லாம் என்ன கொடுக்கப் போறே?"

அம்மா, நான் 'ராமச்சந்திரா' சாரீஸ் கொடுக்கலாம்ன்னு நினைக்கிறேன். நீங்க என்ன சொல்றேள்? மங்களகரமான மதுரைச் சுங்குடி விற்கும் ராமசந்திரா சாரீஸா, நானும் அதான் நினைச்சேன். என் நாட்டுப் பொண்ணுனா நாட்டுப் பொண்ணுதான்.



Working Hours 10.00 A.M. to 8.30 P.M.

RAMACHANDRA SAREES

(மதுரை சுங்குடி புடவைகளின் உலகம்)

37-B Arya Gowder Road, Postal Colony Bus Stop,
West Mambalam, Madras - 33, Ph : 4896532
Bus Route : 12G, 11R, 11J, 49J, 5T, 49, 9A

எங்களிடம் பெங்கால் காட்டன், வெங்கடகிரி Bathik கோரா காட்டன் புடவைகளும் கிடைக்கும்

வழங்குவோர் : ராமச்சந்திரா சாரீஸ்,
20-B, பழைய குயவர் பாளையம் ரோடு, மதுரை - 9.

அடுத்த தொடர் கதையை விரைவில் எதிர் பார்க்கிறேன்.' ஏம்பா, இந்த லெட்டரை நீ மனசார எழுதினியா? அந்தத் தொடர் மகா அறுவைன்னு திட்டிக்கிட்டிருந்தே. அட ராமா! இந்தக் குழந்தைகள் பத்திரிகையையும் நீ விட்டு வெக்கலியா! 'கோண்டு மாமா எழுதிய வால் அறுந்த கரடி டோய் கதை படு ஜோர். சிரித்து வயிறு புண்ணாகி விட்டது. பேஷ்! அடுத்த வருஷம் ரிடையர் ஆக வேண்டிய ஆசாமி. ஒனக்கு இப்படி ஒரு பேராசையா?"

கிருஷ்ணன் பெருமிதமாகச் சிரித்தபடி மரு மகளை ஓரக் கண்ணால் பார்த்தார். வழக்கம் போல அவள் இதை எல்லாம் பொருட்படுத்த வில்லை. சீட்டாட்டக்காரன் முகம் போல முகத்தில் உணர்ச்சி ஏதுமில்லை. பரிமாறுவதி லேயே கவனமாக இருந்தாள். "ஹூம், ஜடம்!" என்று மனத்தில் சொல்லிக் கொண்டார். சென்ற வருடம் அவள் திருமணம் ஆகி வந்த போதில் இதையே அவர் உரத்துச் சொன்ன துண்டு.

"டேய், பதினஞ்சு பைசா கார்டு செலவு தான். என் பேர் அச்சில வந்துடுது. பாக்க எவ்வளவு சந்தோஷமா இருக்கு தெரியுமா? என்னை என் போக்குலயே விடுடா. இது என் தனிப்பட்ட உலகம். இதனால யாருக்கு என்ன தொந்தரவு?"

சம்பத் கைகழுவி வந்தான். தயாராக ஹேமா ப்ரீஃப்கேஸை வைத்திருந்தாள். கட் ஷூவில் காலை நுழைத்து, "சரிப்பா, கதை எழுதத்தான் நிறைய புனைபெயர் வெச்சிப் பாங்க. நீ வாசகர் கடிதம் எழுதவே பல அவ தாரம் எடுக்கறியே! உங்க இலாகா ஆசாமி கோவிந்தன் குட்டியின் கதை பிரசுரம் ஆன துக்கு ஸ்ரீரங்கம் சம்பத்னு என் பேரைப் போட்டு, அன்னார் கதை படு பிதற்றல், ஏன் தான் இவற்றைப் பிரசுரித்து எங்கள் தலையைச் சுற்ற வைக்கிறீர்களோன்னு எழுதினே. ராதைன்னு அம்மா பேர்லயும், கோதைன்னு தங்கை பேர்லயும் மிருகசீர்ஷங் கறப் பேர்லயும் திட்டற கடிதங்கள் எழுதறே. பாராட்ற கடிதங்களை மட்டும் இடாரம் கொண்டான் கிருஷ்ணன்னு உன் பேர்ல எழுதறே. ஏன் இந்தப் பாரபட்சம்?" என் றான்.

"அடே, காலையிலே இந்தப் பேச்சில என்னை இழுத்து, என் இலக்கிய ஆர்வத்தைத் தூண்டாதே. ஆபீஸ் போற மூடைக் கெடுக் காதே. சாயங்காலம் ஆறுலேர்ந்து ராத்திரி தூங்க ஆரம்பிக்கும் வரைதான் நான் கலை ஞன்..." என்றார் கிருஷ்ணன்.

"அடடே ஹேமா, உன் பத்திரிகைகளையும் அப்பா போஸ்ட்மேன்ட்டேர்ந்து வாங்கி வந்து போட்டுருக்கார். டைஜஸ்ட், ஆன்லுக்கர், ந்யூ யார்க்கர்...."

வெள்ளைக் கோட்டை மடித்துத் தோளில் போட்டு ஸ்கூட்டரை எடுக்கப் போனான் சம்பத். மாடி முகப்பில் நின்று அவனுக்கு டாட்டா காண்பித்துத் திரும்பி னாள் ஹேமா.

கிருஷ்ணனும் சட்டைப் பொத்தான்களைப் பொருத்தியபடி வெற்றிலை மென்றவாறு, சிறு கை ஜிப் பையில் பேனா, பென்சில், வெற் றிலைப் பொட்டலம் எடுத்து வைத்துக் கொண் டார். ஜோல்னாப் பை தோளில் தொங்க, "ராதை, நா ஆபீஸுக்குப் போய் வர்றேன்" என்று குரல் கொடுத்துக் கண் கண்ணாடியை வேட்டியில் துடைத்தபடி தேய்ந்த செருப்பை மாட்டிக் கொண்டு படி இறங்கிச் சென்றார்.

அடுத்த அறையில் எட்டிப் பார்த்தாள் ஹேமா. நோயாளி மாமியார் கட்டிலில் கால் நீட்டி அமர்ந்து, தலையணையில் முதுகைச் சாய்த்து தமிழ் தினசரி படித்துக் கொண்டிருந்

தேங்காய் சாதத்தில், வேர்க்கடலையை ஒன்றிரண்டாகப் பொடி செய்து போட்டால் மேலும் வாசனையாகவும் சுவையாகவும் இருக்கும்.

- ஆர். பார்வதி





ஒரு பூண்டுப்பல், ஒரு பெரிய வெங்காயம், பச்சை மிளகாய், கொத்துமல்லித் தழை, உப்பு, சிறிது புளி இவைகளை அரைத்து, வெண்டைக்காய்களை நீளவாக்கில் லேசாகக் கீறி, உள்ளே சிறிது விழுதை வைத்து, முழுதாக வதக்கிப் பாருங்கள். சாதாரண சீரகமோ, பிடித்தால் சோம்போ கூடச் சேர்க்கலாம். ஒரே மாதிரிச் செய்தால் போரடிப்பதைத் தவிர்க்கவே இந்த மசாலாக் கறி.

- ஆர். பார்வதி

தாள்.

"சாப்பிடலாமா அம்மா? இல்லை, காப்பி தரவா?"

"பத்து நிமிஷம் கழிச்சுக் கூப்பிடறேனே...?"

அன்றைய தபாலில் தன் பெயருக்கு வந்திருந்த பத்திரிகைகளுடன் சோபாவில் சாய்ந்தாள் ஹேமா.

மூன்றாண்டுகள் முன்பு ஹேமா அப்போது தான் பிஏ டிகிரி வாங்கி இருந்தாள். அப்பா இல்லாத குறை தெரியாமல், வளர்த்து ஆளாக்கிய அம்மாவின் பளுவைக் குறைக்க, தானும் ஒரு வேலை தேடிக் கொண்டு எம்.ஏ. பட்டத்தை அஞ்சல் வழியில் பெற நினைத்த போது இந்த இலக்கியவாதி கிகி. (கிடாரம் கொண்டான் கிருஷ்ணன்) தன் டாக்டர் மகனுக்கு இவளை வரன் கேட்டு இவர்களின் வீட்டுக் கூடத்தில் வந்து நின்றார். கோவிலில் ஹேமாவைப் பார்த்தானாம் டாக்டர் சம்பத். மயங்கி விட்டான்.

"நான் ரொம்ப நவீனவாதிம்மா. என் நெற்றி நாமத்தைப் பாத்துப் பழமைவாதின்னு நினைக்காதீங்க. வரதட்சணை, சீர், சௌத்தி என்றெல்லாம் அசடு வழிய மாட்டேன். சிக்கனத் திருமணம் போதும்..."

- என்றாரே தவிர திருமணத்தில் பெண் வீட்டாரை மிகவும் வறுத்தி எடுத்தார் கிகி. பெண் வீட்டாருக்கு மரியாதை தெரியவில்லை. காப்பியோ, சாப்பாடோ தரமாக இல்லை. இலைகள் போட்ட பிறகு இரண்டு மூன்று முறை வந்து சாப்பிட வருந்தி வருந்தி அழைக்கவில்லை. சாப்பிடும் போது வந்து பந்தி விசாரணை செய்யவில்லை. வரதட்சணைதான் கொடுக்கவில்லை, திருமணத்தை யாவது கௌரவமாக நடத்தத் தெரிய வேண்டாமோ?

திருமணத்தில் இதைப் பலரிடம் பலமுறை சொன்னார் கிருஷ்ணன். வரதட்சணைதான் கொடுக்கவில்லை.... இடைஇடையே தமிழ்ப் பத்திரிகைகளையும் புரட்டினார்.

"எங்கப்பா பெரிய இலக்கியவாதி. அவர் கிட்ட எச்சரிக்கையா இரு. உன்னைப் பத்தியும் ஏதாவது எழுதிப் பிரசுரம் பண்ணிடுவார்!" என்றான் சம்பத்.

இந்த கிருஷ்ணன், நினைத்திருந்தால் ஆபீசில் உயர் பதவிக்கு வந்திருக்கலாம். குப்பிரண்டு பதவிப் போதும் என்று இருந்து விட்டார். இலக்கிய ஆர்வம்தான் இவரைப் பிசாசாய் பிடித்து ஆட்டுகிறதே!

கிகி. நல்ல உயரம். மாநிறம். இரட்டை உடம்பு. முன் வழுக்கை. வடகலை சிவப்பு நாமம். பட்டை ஃபிரேம் மூக்குக் கண்ணாடி. தீர்க்கமான மூக்கு. மூக்குக் கண்ணாடியின் உட்புறம், எவரையும் எடை போட அலையும் குறும்பு விழிகள். கன்னத்தில் வெற்றிலைக் கலவை ஒதுக்க வீக்கம். பளிச்சென்ற எட்டு முழ வேட்டி. வெள்ளை முழுக்கை சட்டை. எவரையும், எந்த நேரத்திலும் விமர்சித்து விடும் நாக்கு. இவரால் முகத்திற்கு நேரே விமர்சிக்கப்பட்டவர் தவிர மற்றவர் அனைவரும் சிரிப்பார்கள். கிகியின் வாயில் விழக் கூடாது என்று ஒதுங்கிப் போகிறவர்களும் உண்டு. கிகி எப்போது வாய் திறப்பார் என்று ரசிக்கும் கூட்டமும் உண்டு. கிகியின் ஜோல்னாப் பையில் தமிழ்ப் பத்திரிகைகளாகக்


பிரியாணியின் இயற்கை மணம்
சப்பாத்தியின் மிருதுவான குணம்
இனிப்பு வகைகளின் உயர்தரம்
அறிமுகம்
சுப்ரீம்
வனஸ்பதி
GREAT TASTE.
GREAT VALUE.
அனுமதிக்கப்பட்ட சிறந்த தாவர எண்ணெய்களிலிருந்து தயாரிக்கப்பட்டது.
வைட்டமின் A & D செறிவூட்டப்பட்டது.
மணம், குணம், தரம் நிறைந்தது.
Supreme VANASPATI
IS : 10633
IS : 11352
இதுவரை கண்டிராத உண்மை சுவை !
S.S.D. OIL MILLS CO. LTD.
MADRAS Ph: 8281803 • COCHIN Ph: 350640 • BANGALORE Ph: 367330
GUNTUR Ph: 223572 • BHUBANESWAR Ph: 410362 • GOA Ph: 731195
• ANDAMANS Ph: 30641

Wishing all a Happy Tamil New Year

UDHAYAM
BENEFIT FUND LTD

Offers

Regd. No. 18-28917

21% + **2%**

INTEREST INCENTIVE

FOR ONE YEAR DEPOSITS.

Your Deposit will Double in 41 Months, Triple in 63 Months, Four times in 81 Months.

★ Post dated interest Cheques issued in Advance.
We offer 2% Cash Incentive for fixed deposits.

For more details, Contact:

UDHAYAM BENEFIT FUND LTD.
16-A, Rajarathinam Street (Behind Ega Theatre)
Kilpauk, Madras - 600 010. Ph : 6412139

S. Sundaram Pillai, *Chairman* S. Balasubramanian, B.E., *Mg. Director*

RICE
PEACOCK BRAND

Fine cleaned Raw/Boiled.

FREE HOUSE DELIVERY

Available in 25 Kgs, **50** Kgs, **74** Kgs. Packets.

QUALITY, QUANTITY GUARANTEED

Wholesale Prices

Contact : **Ph : 8545511** (Madras)

கிடக்கும்.

மருமகளும் தன் இலக்கியச் சேவையை மதிக்கிற, வியக்கிற, பாராட்டுகிறவளாக இருப்பாள் என்று ஆரம்பத்தில் எதிர்பார்த்து ஏமாந்தார் கிருஷ்ணன். அவள், இவரையும் இவரின் நடவடிக்கைகளையும் பொருட்படுத்தவில்லை. வாய் திறந்துப் பேசுவதே இல்லை. சமையல், வீட்டுப் பராமரிப்பு. அவ்வளவு தான். ஜடம். ஐந்தரை அடி உயரத்தில் அழகான ஒரு பெண்.

அத்தனை பத்திரிகைகளையும் புரட்டி கிருஷ்ணன் தூங்கப் போகும்போது இரவு பதினொன்று ஆகும். பிறகும் சம்பத்தின் அறையில் விளக்கு எரியும். சம்பத் இரவு ஒன்பதுக்கு மேல் கண் விழிப்பவன் இல்லையே என்று வியப்பார் கிருஷ்ணன். அவர்களின் மூடிய கதவின் உட்புறம் கேசட் பாடும். பெரும்பாலும் கர்நாடக இசைதான். வாய்ப்பாட்டோ, இசைக் கருவிகளின் ஒலியோ, சமயங்களில் கிருஷ்ணன் இரவுகளில் வீணை வாசிப்பார். அப்போது அறையின் உட்புறம் கேசட்டை நிறுத்தி விடுவார்கள்.

ஒரு நாள் காலையில் செய்தித்தாளை சம்பத் தங்கள் படுக்கை அறையிலேயே வைத்துவிட, கிருஷ்ணன் அதை எடுக்க அந்த அறைக்குச் சென்றார். சென்றவர் பிரமித்தார். படுக்கை அறையில் புதியதாக ஒரு புத்தக அலமாரி வந்திருந்தது. டால்ஸ்டாய், டாஸ்டாயெஸ்கி, துர்கனேவ், செகாவ், மாக்சிம் கார்க்கி, புஷ்கின், சாமர்செட்மாம், ஹெர்மன்ஹெஸ் - தமிழிலும் புதுமைப்பித்தன், கு.ப. ராஜகோபாலன், கு. அழகிரிசாமி, தி. ஜானகிராமன், சுந்தர ராமசாமி, கி. ராஜநாராயணன், லா.ச. ராமாமிர்தம், நீல. பத்மநாபன், ராஜம் கிருஷ்ணன்.....

இதை எல்லாம் ஹேமாவா படிக்கிறாள்! திருமணம் முடிந்ததும் இரண்டுப் பெட்டிகள் நிறைய ஏதோ வந்தன. என்ன இருந்து விடப் போகிறது? துணிமணிகளாக இருக்கும் என்று அப்போது கிருஷ்ணன் நினைத்தார்.

திருமணம் ஆன புதிதில் தபால்காரர் தந்த பத்திரிகைகளில் சில ஆங்கில ஏடுகளும் இருந்தன. இவை எங்க தபால் இல்லை... ஆனால் அவை ஹேமாவின் பெயருக்கு வந்திருந்தன. இவற்றிற்கு சந்தாவா, நம்மைப் போல நேயர் கடிதமா?

சந்தாவும் உண்டு. ஆங்கிலக் கவிதைப் பிரசுரம் ஆகி காம்ப்ளிமெண்டரி காப்பி வருவதும் உண்டு என்றான் சம்பத்.

வீம்புக்காக அவளின் ஒன்றிரண்டு கவிதைகளைப் படித்துப் பார்த்தார் கிருஷ்ணன். என் வாழ்க்கை ஒரு சகாராவா இருந்தால் என்ன? ஓடியோ, பறந்தோ கடக்க மாட்டேன். ஒட்டகமாய் இங்கேயே இனிதிருப்பேன். சுனையைக் கண்டுபிடிப்பேன். கானல் நீர் என்னை ஏமாற்ற இடம் தருவேனா...? இப்படியே மிக நீண்ட கவிதை வழவழத்தாளில். என்ன சொல்கிறாள் இவள்?

திருமணம் ஆன ஆறாவது மாதம் தபாலில் வந்த ஒரு வாரப் பத்திரிகையைப் புரட்டி, "இதிலே என் விஷயம் எதுவுமே பிரசுரம் இல்லை. எனக்கு ஏன் பிரதி வந்திருக்கிறது? இந்த வீட்டில் தமிழ்ப் பத்திரிகை எனக்குத் தானே வரும்?" என்று குழம்பினார் கி.கி.

"முதல்ல முகவரி உறையைப் பாருப்பா. உனக்குத்தான் வந்துதா?" என்றான் சம்பத்.

அந்தப் பத்திரிகை ஹேமாவின் பெயருக்கு வந்திருந்தது. ஹேமாவின் புகைப்படம். அந்த ஏடு. இருபத்தியாறு வயது இளைஞர்களுக்காக நடத்திய சிறுகதைப் போட்டியில் ஹேமாவின் கதை ரூபாய் ஒரு லட்சம் வென்று பிரசுரம் ஆகி இருந்தது.



சடாரென்று முகம் பளீரென்று ஆக வேண்டுமா? இதோ எளிய வழி. சுத்தமான பஞ்சைக் கொண்டு நீரில் நனைத்து முகத்தைத் துடையுங்கள். அதன் பின்பு முகத்தைக் கழுவுங்கள். முகம் பளீரென்று இருக்கும்.

- பி. ஜானகி



அஞ்சறைப் பெட்டி தொடர்கிறது!

அழகிய வண்ணம் மற்றும் வடிவத்தில் ஓர் ஐந்தறைப் பெட்டி வாங்கி அறைகளில் சிறுசிறு துளையிட்டு முக்கால் பாகம் நல்ல சத்தான மண் நிரப்பி சின்ன (இலை) குரோட்டன்ஸோ அல்லது தானியங்களையோ போட்டு நன்கு துளிர்த்தவுடன் டீப்பாய் (அ) டேபிளில் வைத்தால், அழகிய போன்ஸாய் ரெடி! ஒவ்வொரு கப்பிலும் ஒவ்வொன்று போட கதம்பம்தான்.

- அ. சுஜாதா

"அட, ஆமாம்பா. பத்து நாள் முன்னால இவ ஃபோட்டோ கேட்டுத் தந்தி வந்தது. அந்தப் பத்திரிகையின் இந்த ஊர் நிருபர்கள் வந்து இவளை மினிப் பேட்டியும் கண்டாங்க. அப்போ நீ வீட்ல இல்லை. உன்கிட்டச் சொல்லவும் மறந்துட்டேன்..." என்றான் சம்பத்.

கிருஷ்ணன் அன்று ஆபீஸ் சென்றதும் முதல் வேலையாக ப்யூனைக் கடைக்கு அனுப்பி, அந்தப் பத்திரிகையை வாங்கி வரச் சொல்லி ஹேமாவின் கதையைப் படித்தார். 'இவர் நல்லவர்' என்பது தலைப்பு. வரதட்சணை வாங்கவில்லை என்று பெருமைக்கு அறிவித்து பலவிதத்தில் பெண் வீட்டாரைக் குத்திக் கிழிக்கும் பிள்ளையின் பெற்றோரை விட, வரதட்சணைக் கேட்டுப் பெறுபவன் நல்லவன் என்பது கதை.

ஹூம், இதெல்லாம் ஒரு கதை. இதற்குப் பரிசு! 'அறிவிலான் நெஞ்சு வந்து ஈதல் பிறிது யாதும் இல்லை, பெறுவான் தவம்.'

அடுத்த வார இதழில் ஜெயசுக்கிரன் என்பவர் ஹேமாவின் கதையைக் கடுமையாகச் சாடி ஒரு கடிதம் எழுதி இருந்தார்... "அப்படியானால் வரதட்சணை வாங்குவதை கதாசிரியை ஆதரிக்கிறாரா! தேசம் இருக்கும் இருப்பில் இதென்ன துர்போதனை?"

"என்னப்பா, நீதானா இந்த சுக்கிரன்? புது அவதாரம் எடுத்துட்டியா?" என்றான் சம்பத்.

ஹேமாவின் கதைகள் அவ்வப்போது பத்திரிகைகளில் வர ஆரம்பித்து விட்டன. கிருஷ்ணனும் கடும் விமர்சனக் கணைகள் தொடுத்தார்.

விடுமுறை நாட்களில் கிருஷ்ணனின் வீட்டில் இலக்கிய அன்பர்கள் கூடுவார்கள். எழுத்தாளர்கள், கதைகள், பத்திரிகைகள் பற்றி காரசாரமாக விவாதிப்பார்கள். கருத்து வேற்றுமைகளில் குரல் உயர்ந்து சூடுபறக்கும். 'அந்த எழுத்தாளர் அந்தக் கதையை அந்தவிதம் முடித்தது தவறு...' 'வேறு எப்படி ஐயா முடிக்க முடியும்?'

ஹேமா இந்தப் பேச்சுக்களில் கலப்பதுமில்லை, செவியில் வாங்குவதுமில்லை. ட்ரேயில் சாசர்களில் நான்கு, நான்கு பிஸ்கட்ஸ் வைத்து அனைவருக்கும் கொண்டு தருவாள். டம்ளர்களில் ஐஸ் வாட்டரும். பத்து நிமிடங்களில் மறுபடி வந்து காப்பி கோப்பைகள் வைப்பாள். மேலும் பத்து நிமிடத்தில் வந்து காலி கோப்பைகளை எடுத்துச் செல்வாள். அத்துடன் கடமை முடிந்தது என்று தங்கள் படுக்கை அறையில் நுழைந்து கதவைச் சாத்திக் கொண்டு விடுவாள்.

முன்பு இலக்கிய அன்பர்கள் இவளைப் பொருட்படுத்தியதோ ஏறெடுத்துப் பார்த்ததோ இல்லை. தங்களுக்கு காப்பி கொண்டு தரும் ஒருத்தி என்று மட்டுமே நினைத்தனர். இப்போதோ அவள் ஒரு பிரபல கதாசிரியை. தங்கள் இரைச்சல் அவள் செவியில் விழுந்தால் என்ன நினைப்பாளோ என்கிற கூச்சத்தில் குரலை உயர்த்தாமல் பேசுவார்கள். அவள் அருகில் வந்தால் "வணக்கம்" என்பார்கள். புன்னகையுடன் அவள் அகன்று விடுவாள். அவளும் தங்களோடு அமர்ந்து கதை உலகப் பேச்சுப் பேசினால் எவ்வளவு நன்றாக இருக்கும்! இதை ஒருவர் வாய் விட்டுச் சொல்லி கிருஷ்ணனிடம் வாங்கிக் கட்டிக் கொண்டார். "யோவ், பழுத்த இலக்கியவாதி நான் இருக்கிறேன். நேற்று பெய்த மழையில் இன்று முளைத்த காளானை வியக்கிறீரே!"

ஒரு கதாசிரியையாக மலரும் முன்பே ஹேமா சிறந்த வாசகி என்கிற முறையில் பிரபல எழுத்தாளர்கள் பலருடன் கடிதத் தொடர்பு வைத்திருந்தாள். அவர்கள் திருச்சி வந்தால் ஹேமாவின் வீடு தேடி வந்து சந்திக்காமல் போவதில்லை. அப்போதுகளில் கிருஷ்ணன் பிரமிப்பில் திறந்த வாய் மூடாமல் பார்த்திருப்பார்.





இயற்கை நல்கும் தூண்டுதலும் ஃபெவிக்ரில் அக்ரிலிக் வண்ணங்களும்... சாதாரண தோற்றத்தை வியப்பூட்ட வைக்கின்றன; ரெகுலர், ஃப்ளோரசென்ட், பாப்-அப், ஃபாப்ரிக் கிளிட்டர்ஸ், பேர்ள் மற்றும் பேர்ள் மெட்டாலிக் போன்ற பலரக அருமையான ஃபினிஷ்களினாலே, எவ்வித மீடியமும் தேவையின்றியே, ஃபெவிக்ரில் அக்ரிலிக் கலர்கள், பாட்டிலிருந்து நேரடியாக பரப்பிற்கு.

சாதாரண தோற்றத்தை கண்கவர் ஒன்றாக்கிடுங்கள்

பிடிலைட் ®
ஃபெவிக்ரில்
அக்ரிலிக் கலர்ஸ்

ஃபாப்ரிக்/ஆர்ட் பெயின்டிங்குகளுக்கு

PID 103 95 TAM

இலவச ஃபெவிக்ரில் டிசைன்களுக்கு இந்த கூப்பனை (ஆங்கிலத்தில் அல்லது இந்தியில்) பூர்த்திசெய்து அனுப்ப வேண்டிய முகவரி ஃபெவிக்ரில், அஞ்சல் பெட்டி எண் : 17437, பம்பாய் 400 059.

பெயர் : ________ வயது : ________ தொழில் : ________

முகவரி : ________

பிடிலைட் தயாரிப்பு

MM

மாதம் ஒருவராகத் தங்கள் வீட்டிற்குப் பிரபல பெண் எழுத்தாளர்களை வரவழைத்து மகளிர் விழிப்புணர்வுக் கூட்டம் நடத்துவாள் ஹேமா. தங்கள் வள்ளி தெய்வானை மகளிர் மன்றத்தில் ஐந்நூறு உறுப்பினர்களைச் சேர்த்து விட்டாள். தலா மாதம் ரூபாய் பத்து வீதம் வசூலித்து பெண்களின் கல்வி, திரு மணம், ஆதரவற்ற நிலையில் உள்ள பெண் களுக்கு உதவி என்று பயனுள்ள வகையில் தர்மகாரியங்கள் தொடர்ந்தன.

"இதெல்லாம் நடத்தினா மட்டும் பெண், ஆணுக்கு மேம்பட்டவளா? என்ன இருந்தா லும் ஆண்தான் கம்பீரமானவன்" என்பார் கிருஷ்ணன் வெற்றிலைச் சாற்றைப் 'புளிச்' சென்று துப்பி.

"இந்த மேல் ஷாவனிஸ்டு கிடக்கட்டும். நீ நினைப்பதை நடத்து" என்பான் சம்பத்.

இப்போது ஹேமாவிடம் சிறிது முன்னேற் றம். எந்தப் பத்திரிகையின் எந்தப் போட்டியில் எந்த எழுத்தாளர் வென்றாலும் அந்தப் பத்திரி கைக்கு ஹேமாவின் முதல் பாராட்டுக் கடிதம் செல்லும். "போட்டி நேர்மையாக நடைபெற் றதா? உண்மையில் தகுதியான படைப்புக்குத் தான் பரிசு தரப்பட்டதா? திரைமறைவில் என்ன இல்லுமுல்லு இருககு தாளங்களோ!" என்று ஜெயசக்கிரன் சபை கூட்டி விவாதிப் பார்.

"நான்கைந்து நாட்களாகவே நான் உங்களை ஒன்று கேட்க நினைக்கிறேன்..." ஓர் இரவு ஹேமா, சம்பத்திடம் ஆரம்பித்தாள்.

"யம்மா, இலக்கிய விஷயம் ஏதும் கேட்டுப் புடாத, அதுல நான் பூஜ்யம்."

"உங்கப்பா சரியாகவே சாப்பிடுவதில்லை. இரவில் நேரம் கழித்து வீடு திரும்புகிறார். சாப்பிட்டதாகப் பேர் பண்ணி விளக்கை அணைத்துப் படுத்து விடுகிறார். பத்திரிகைகள் படிப்பதில்லை. ஏதோ கவலை அவரை வாட்டு கிறது..."

சம்பத் அப்பாவைத் தேடிச் சென்றான். தூங்குவது போலப் பாசாங்கு செய்தவரை உலுக்கி, எழுப்பி உட்கார வைத்தான். பரி சோதித்தான். உடம்பில் ஒன்றும் இல்லை. மனத்தில்தான். "என்னப்பா விஷயம்? சொல்ல மாட்டியா?"

கிருஷ்ணன் மேசை டிராயரிலிருந்து ஒரு காகிதத்தை எடுத்து நீட்டினார்.

நான்கு நாட்களுக்கு முன்பு ஒரு காலை கிருஷ்ணனுக்கு நல்ல பொழுதாக விடிய வில்லை. ஆபீஸ் சென்றதும் வாசகர் கடிதம் எழுத அமர்ந்தார். ஃபோன் மணி அடித்தது. அப்போது ஆபீசில் வேறு எவரும் வந்திருக்க வில்லை. இவர்தான் ஃபோனை எடுத்தார். வழக்கம் போல வாயில் வெற்றிலைக் குதப்ப லுடன் "யெஷ்?" – மறு முனையில் பேசியவர் தன் பெயரைச் சொன்னார். இவர் காதில் விழவில்லை. மனம் எல்லாம் பாதியில் விட்டு வந்த வாசகர் கடிதத்தில், "யார் பேசறது?"

"நான்தான்யா, நாதான்..."

"நாதான்னா யாருய்யா? டெலிஃபோன் கூட ஒரு டெலிவிஷனுமா வெச்சிருக்கு உன் மூஞ்சி தெரிய? பெயரைச் சொல்லித் தொலை யேன்யா!"

"நான்தான் மந்திரி பேசறேன். பொதுமக்க ளிடம் இவ்வளவு பண்போடு பழகும் தாங்கள் யாரோ?"

கிருஷ்ணனுக்கு வெடவெடவென்று நடுங்க ஆரம்பித்தது. "நான் கி... கி..."

"சரி, உங்க அதிகாரிகிட்ட நான் பேசிக் கறேன்..." மறுமுனையில் ஃபோன் வைக்கப்

கோதுமை ரவை உப்புமா செய்கையில் என்ன தான் அவசரமாகச் செய்தாலும் பதமாக பத்து நிமிடங்கள் தேவை. இல்லையேல் வேகா மல் வயிற்றுக்கும் கெடுதல். ப்ரஷர் பேன் அல்லது சிறிய குக்கரில் ஒன்றுக்கு இரண்டு நீர்விட்டு வேக வைத்து எடுத்து, 2 ஸ்பூன் எண்ணெய் விட்டுத் தாளிக்க அடிக்கடி கிளற வேண்டிய அவ சியமுமின்றி சுலபத்தில் தயார் செய்ய முடிகிறது.



- ர. சாரதா

கறி செய்ய வேண்டுமென்றால், நிறைய எண்ணெய் விட வேண்டுமென்பதில்லை. வாணலியில் தாளித்த பிறகு காய்களைப் போட்டு மூடிவிடுங்கள். ஐந்து நிமிடங்களுக்குப் பிறகு காரப் பொடியும், உப்பு மஞ்சள் பொடியும் போட்டுக் கிளறிவிட்டு மீண்டும் மூடிவிட்டு காஸை சிம்மில் வைத்துவிட்டு வேறு வேலை இருந்தால் பாருங்கள். அவ்வப்பொழுது கிளறிவிட மறக்க வேண்டாம். தேவையானால் ஒரே ஒரு முட்டை எண்ணெய் விட்டால் போதும். மேலே முறுமுறுப்பாகவும், உள்ளே மிருதுவாகவும் இருக்கும் இந்தக் கறி!

- பாஜு மூர்த்தி



பட்டது. அன்று மதியமே கிருஷ்ணன் சஸ்பெண்டு செய்யப்பட்டார்.

"எனக்கு இன்னும் ஒன்பது மாத சர்வீஸ் தான் பாக்கி. ஒன்பது மாதமும் விசாரணை முடியாமல் இருக்கும். குறித்த நாளில் நான் ஓய்வு பெற முடியாது. பென்ஷன் இத்தியாதிகளைப் பெற நான் நாயாய், பேயாய் அலையணும். இத்தனை வருடம் அப்பழுக்கில்லாமல் பணியாற்றியும் கடைசிக் காலத்தில் எனக்கு இப்படி அவப்பெயர்...." கிருஷ்ணனின் குரல் கிச்சிட்டது.

"எல்லாம் நல்லபடி முடியும்பா. பத்து நாளில் நீ பழைய இ.இ.யாய் ராஜநடை போடுவாய் பார்..." போர்வையை இழுத்துப் போர்த்தி விளக்கை அணைத்தான் சம்பத்.

சம்பத்தின் வாக்கு பலித்தது. பத்து நாட்களில் கிருஷ்ணன் மறுபடி வேலையில் சேர்ந்

கைகளையும் படிக்க நமக்கு நேரம் இல்லை. ஆனால் அவற்றைப் படித்து, சாரத்தைத் தொகுத்து அவ்வப்போது சொல்லிக் கொண்டிருந்த சுவையான மனிதரை நாம் இழப்பதானது..."

வீடு திரும்பினார்.

"என்னப்பா, ரிடையர் ஆகிவிட்டாயா நிம்மதியா?" என்றான் சம்பத்.

"ஆமாண்டா, ஆமாம். நீ அந்தப் பிரிவு உபசார விழாவைப் பார்த்திருக்கணும். ஒவ்வொருவனும் என்னைப் புகழ்ந்து பேசி அப்படியே கண்ணால் ஜலம் விட்டான்கள். இந்த வீட்டில் தான் எனக்கு மதிப்பில்லை. நான் ஓர் அற்பப் புழு. எனக்கு இந்த வீட்டில்தான் எதிரி..."

"நிறுத்து, நிறுத்து. உனக்கு ஒரு உண்மையைச் சொல்லி விடுகிறேன். நீ தற்காலிக வேலை நீக்க உத்தரவைக் காண்பித்த இரவை நினைத்துப் பார். அடுத்த காலையில் நானும்,

பிரிமியர்* மில்ஸ்

ப்ளவுஸ் துணிகளில் நெ. 1



நீங்கள் தேர்ந்தெடுக்க...

* ரூபி
* ஃபேர் & லவ்லி
* பிளாட்டினம் சூப்பர்
* லவ்லி லேடி

சேலையும் சோளியும் ...

இதுவல்லவா ஜோடிப்பொருத்தம் !

மங்கையர் மலரும், செண்பகம் சில்க்ஸும் இணைந்து ஒரு கட்டுரைப் போட்டியினை அறி வித்திருந்தோம். புடைவை சம்பந்தமாக பெண்களுக்குப் பல்வேறு சம்பவங்கள் வாழ்க்கையில் நடந்திருக்கலாம். அந்த உணர்வுகளையே ஒன்பது பிரிவாகப் பிரித்து ஒவ்வொரு மாதமும் ஒவ்வொரு உணர்வு வெளிப்படுத்துவதாகப் போட்டிகளை அறிவித்து வருகிறோம்.

செண்பகம் சில்க்ஸ் பட்டுப்புடைவை பரிசு பெறும் வாசகிகள் சிலருக்கு நாங்களே நேரில் சென்று தருவது, சிலரை மெட்ராஸில் அழைத்துத் தருவது, சிலருக்குப் பார்சலில் அனுப்புவது என முடிவெடுத்துள்ளோம். அவ்வப்போது அவற்றினை பற்றிய அறிவிப்பைப் புகைப்படங்களோடு பிரசுரிக்க உள்ளோம்.

சரி, இப்போது ஆறாவது மாதப் போட்டிக்குப் போவோமா?

மங்கையர் மலர் & செண்பகம் சில்க்ஸ்

இணைந்து வழங்கும்

வாழ்வின் வண்ணங்கள்

கட்டுரைப் போட்டி : 6

ஆறாவது மாதப் போட்டிக்கான தலைப்பு -

எரிச்சல்

புடைவை சம்பந்தமாக உங்கள் வாழ்க்கையில் எரிச்சல் ஏற்படுத்திய நிகழ்ச்சியை, அல்லது உங்களுக்குத் தெரிந்தவர் வாழ்க்கையில் எரிச்சல் ஏற்படுத்திய நிகழ்ச்சியை எழுதி அனுப்புங்கள்.

போட்டிக்கான நிபந்தனைகள்-

- வாழ்வின் வண்ணங்கள் போட்டியில் இது ஆறாவது மாதப் போட்டி, மொத்தம் ஒன்பது மாதங்கள் நடைபெறும்.
- ஒவ்வொரு மாதமும் போட்டிக்கு வரும் கட்டுரைகளில் மிகச் சிறந்த ஒன்றைத் தேர்ந்தெடுத்து ரூ.5000/- பெறுமானமுள்ள 'செண்பகம் சில்க்ஸ்' பட்டுப்புடைவை பரிசாக அளிக்கப்படும்.
- இந்தப் போட்டிக்கான கட்டுரை ஒரு பக்கத்திற்கு மிகாமல் இருக்க வேண்டும்.
- கட்டுரையின் முடிவில் உங்களுடைய பெயர், முகவரியைத் தெளிவாக எழுதவும்.
- தபால் கவரின் மேல் வாழ்வின் வண்ணங்கள் கட்டுரைப் போட்டி - 6 எனத் தவறாமல் குறிப்பிடவும்.
- இம்மாதக் கட்டுரைகள் வந்து சேர வேண்டிய கடைசி தேதி 20.5.'96.
- கட்டுரைகளைத் தபாலில் மங்கையர் மலர் முகவரிக்கோ அல்லது தபாலிலோ (அ) நேரிலோ செண்பகம் சில்க்ஸ், 30-பி, லஸ் அவின்யூ (நாகேஸ்வரராவ் பார்க் பின்புறம்) மைலாப்பூர், சென்னை- 600 004 என்ற முகவரிக்கோ அனுப்பவும். இரண்டு இடத்திற்கும் ஒரே கட்டுரையைப் பிரதி எடுத்து அனுப்ப வேண்டாம்.
- நேரில் கட்டுரைகளைச் சேர்க்கும் வாசகியருக்கு செண்பகம் சில்க்ஸ் உரிமையாளர் திருமதி. செண்பகம் ராமசாமி ஒரு அன்பளிப்பைத் தரவிருக்கிறார்.
- கட்டுரை சம்பந்தமான கடிதப் போக்குவரத்தோ, திருப்பி அனுப்புவதோ கிடையாது.
- கட்டுரை சம்பந்தமான விதிகளைத் திருத்தவோ மாற்றவோ ஆசிரியருக்கு உரிமையுண்டு.
- பரிசு பெறும் கட்டுரைகளைப் பொறுத்தவரை ஆசிரியர் தீர்ப்பே இறுதியானது.

ரூ.5000/- மதிப்புள்ள செண்பகம் சில்க்ஸ் பட்டுப் புடைவை பரிசு பெற்ற கட்டுரை–

வாழ்வின் வண்ணங்கள் – அன்பு, பாசம்

அம்மாவைப் புரிந்து கொண்டேன்!

முப்பது வருடங்களுக்கு முன், என் 14வது வயதில்... பெண்மையின் வாயிலை எட்டி நோக்கும் அந்த நேரத்தில், என் 35 வயது அம்மாவை இன்னொரு பெண்ணாக, ஒரு புது கோணத்தில் பார்க்க ஆரம்பித்தேன். மிக இளம் வயதில் இரு குழந்தைகளை வளர்க்கும் பெரும் பொறுப்பைத் தன்னந்தனியே ஏற்று, தான் கணவனை இழந்த துயரத்தின் சிறு அடையாளத்தையும் கூட எங்கள் முன் காட்டாமல், எங்கள் நலனை மட்டுமே ஒரு தவம் போல் மேற்கொண்டு வாழ்ந்த அவரை நெஞ்சு விம்ம வியப்பும் பெருமையும் மேலிட பார்த்துக் கொண்டிருந்தேன். இவருக்குள்ளும் ஒரு இயல்பான பெண்ணுக்குள்ள ஆசைகள், விருப்பங்கள் இருக்காதா- இவற்றைப் புரிந்து கொண்டு, 'இந்தா நீ விருப்பப்பட்ட பொருள்' என்று கொடுக்க அம்மாவுக்கு யார் இருக்கிறார்கள் என்று நினைத்தபோது மனது விம்மியது. கண்கள் பனித்தன.

எளிமையான பருத்திப் புடைவைகள் தான் அலுவலகம் போகும்போது அம்மா விரும்பிக் கட்டுவார். அதிலும் ஒரு கம்பீரமான அழகும் தன்னம்பிக்கையும் மிளிரும். அந்த வருடம் அம்மா பிறந்த நாளுக்கு எப்படியும் ஒரு புடைவை பரிசு கொடுக்க முடிவு செய்தேன்.

பள்ளிக்கூடம் போக பேருந்தைத் தவிர்த்து, அத்தை, மாமா கொடுக்கும் பணத்தை சேமித்து எவ்வளவு முயன்றும் என் சேமிப்பு 30 ரூபாயைத் தாண்டவில்லை. அம்மாவின பிறந்த தினத்திற்கு இன்னும் 7 நாட்களே இருந்த நிலையில் புடைவை பரிசு கொடுக்கும் எண்ணத்தை வேதனையுடன் கைவிட்டேன்.

அடுத்த நாள், துவைத்து வைத்திருந்த அம்மாவின் வெள்ளை பருத்திப் புடைவையை மடித்து வைத்துக் கொண்டிருந்தபோது எனக்குள் ஒரு மின்னல். அடுத்த 5 நாட்கள் அம்மா அலுவலகம் போயிருக்கும் நேரம் அல்லது இரவு அவர் உறங்கும் நேரம் நான் துரிதமாக செயல்பட ஆரம்பித்தேன்.

என் வாழ்வின் மறக்க முடியாத அந்த நாளும் வந்தது. வண்ணக் காகிதத்தில் சுற்றி, கையால் வரைந்த வாழ்த்து அட்டையுடன் அன்று நான் அம்மாவுக்குக் கொடுத்த பரிசு- அவருடைய பழைய புடைவையும் ரவிக்கையும்- அழகாக உடல், தலைப்பு முழுதும் பெயிண்டிங் செய்து, ரவிக்கை கையிலும் அதேபோல் பெயிண்ட் செய்து பரிசளித்தேன். என்னால் 3 நிறங்களில் தான் பெயிண்ட் (Fabric paint) வாங்க முடிந்தது. அவற்றை வைத்துக் கொண்டு, என் கலைத் திறமையை முழுதும் கொட்டி அந்தப் பழைய வெள்ளைப் புடவையில் வண்ண ஜாலம் படைத்திருந்தேன். அம்மா உணர்ச்சிகளில் திணறிப் போய் என்னைத் தழுவிக் கொண்டு, 'உன் பாசத்தை இதை விட அழகாக வெளிப்படுத்தியிருக்க முடியாது' என்றார்.

அதன் பிறகு நான் வேலையில் சேர்ந்து நல்ல நிலைக்கு வந்து பல விலையுயர்ந்த பரிசுகள் அம்மாவுக்கு வாங்கிக் கொடுத்திருக்கிறேன். ஆனாலும் என் முதல் பரிசுப் புடைவையை வாங்கிக் கொண்டு பெருமையும் பாசமும் பொங்க அம்மா அணைத்துக் கொண்ட அந்த ஸ்பரிசம் இன்னும் என்னைப் புல்லரிக்க வைக்கிறது.

- ஷோபா ராம்ஜி, அஹமதாபாத் – 15.



பிரசுரத்திற்கு....

எண்ணத்தையே மாற்றிய புடைவை!

சுமார் 25 ஆண்டுகளுக்கு முன் என் வாழ்க்கையில் ஏற்பட்ட இனிய அனுபவம்,


இலவச வேட்டி சேலையிலும் கொள்ளையா ?
இதைத் தட்டிக்கேட்க யாருமே இல்லையா ?
ஊழல் பெருச்சாளிகளை
விரட்டிடுவோம்!
தமிழ்நாட்டு மக்களைக்
காத்திடுவோம் !
ஆதரிப்பீர்
உதயசூரியன்
தி.மு.க. முற்போக்குக் கூட்டணியின் சின்னங்கள்
27 - 4 - 96
2 - 5 - 96
வாக்களிப்பது உங்கள் உரிமை. அந்த ஜனநாயகக் கடமையை நிறைவேற்றத் தவறாதீர்.
வெளியீடு : தி.மு.க. தலைமை நிலையம், அண்ணா அறிவாலயம், சென்னை 600018.
நாட்டைக் காப்போம் ! நல்லாட்சி காண்போம் ! !

நிலையான பாதுகாப்பு...

நிறைவான வருமானம்...

திருமகள் பெனிபிட் பண்ட்



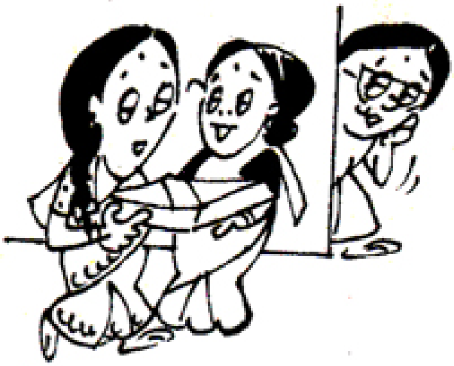
THIRUMAGAL

TRADITIONAL BENEFIT FUND LTD.

R. O. : 89/12, Perambur Barracks Road, Purasawalkam, Doveton, Madras - 7. ✆ : **532 54 55, 641 61 61, 641 62 62.**

BRANCHES : ▲ T. NAGAR : D-1, Hongkong Complex Ramanathan Street, T. Nagar, Madras - 600 017. ✆ : **434 74 08, 434 24 97, 433 12 57 ▲ PARRYS :** 160, Thambu Chetty Street, Madras - 600 001. ✆ : **534 23 35. ▲ MYLAPORE :** 165, Royapettah High Road, Madras - 600 004. ✆: **499 75 40. ▲ CHROMEPET :** New No. 52, (Old No. 206) G.S.T. Road, Madras-600 044. ✆ : **40 11 26**

SPRINGHEAD



மாமியார் புடைவை செய்த மாற்றம்

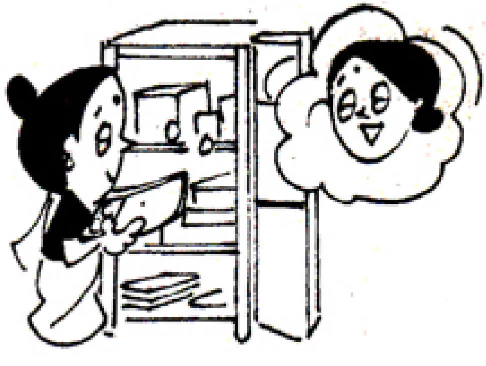
என் மாமியாரைப் பற்றி சிலவரிகள். எனக்குத் திருமணமாகி நான் அவருடன் பழகிய பதிமூன்று வருடங்களில் அவரிட திருப்பம் என்று கூட சொல்லலாம். எனக்குத் திருமணமாகி எல்கேஜி படிக்கும் ஒரு மகன். நான் பணிபுரிபவள். நான், கணவர், மகன் மற்றும் மாமியார் அடங்கிய குடும்பம் எங்களுடையது. நான், என் கணவர், மகன் மூவரும் காலையில் அவசரமாக வேலைகள் முடித்துக் கிளம்புவோம். எனது மாமியார் காலை அவசரப் பணிகளில் எங்களுக்கு அவ்வளவாக உதவியாக இருக்க மாட்டார். பாதகமாக தொந்தரவும் கொடுக்க மாட்டார்கள். (எனது நாத்தனார் அப்போதுதான் திருமணம் முடித்துக் கொடுத்து திருச்சியில் குடும்பத்துடன் இருந்தாள்.)

ஒரு சமயம் என்னுடன் பணிபுரியும் ஒரு தோழி பம்பாயிலிருந்து எனக்காக இரு அழகான புடைவைகள் வாங்கி வந்திருந்தாள். அதில் ஒன்று மிக அழகாக இருந்தது. சுமாராக இருந்த புடைவையை உடனே ஒரு நாள் உடுத்திவிட்டு அழகாக இருந்த மற்றொன்றை 2 மாதம் கழித்து வர இருந்த எனது திருமண நாளில் உடுத்த எண்ணி வைத்திருந்தேன். அந்த வாரத்தில் நாத்தனார் அவள் கணவர் 15 நாட்களுக்கு ஒரு டிரெயினிங்குக்கு சென்றிருந்ததால் வந்திருந்தாள். அவள் அந்தப் புடைவையை பார்த்து மிக அழகாக இருப்பதாகவும் அதன் கலர் காம்பினேஷன், டிசைன் யாவும் சூப்பராக இருப்பதாகவும் புகழ்ந்தாள். தனக்கும் அதுபோல் ஒன்று வாங்கிக் கொடுத்தால் தன் கணவரிடம் கூறி பணம் பெற்றுத் தருவதாகக் கூறினாள். கூட்டுக் குடும்பத்தில், ஒரு வருமானத்தில் உள்ள அவள் கணவர் சம்மதிப்பாரோ என்றும் கவலைப்பட்டாள்.

மறுநாள் என் நாத்தனார் ஊருக்குக் கிளம்ப வேண்டிய நாள். இரவு எனக்குத் திடுமென அந்த அழகான புடைவையை எனது நாத்தனாருக்குக் கொடுக்கலாமா என்று தோன்றியது. கூடவே 'சைத்தான்' மனது 'இதுபோல் அழகானதாக மற்றொன்று கிடைக்குமா, மேலும் அவள் திருமணத்திற்காக நிறைய கடன் வாங்கியிருந்த நிலையில் என் கணவர் என் திருமண நாளுக்கு மற்றொன்று வாங்க அனுமதிப்பாரா என்றும் தோன்றியது. எப்படியோ அவள் மறுநாள் கிளம்பும் போது அந்தப் புடைவையை வைத்துக் கொடுத்து விட்டேன். என் நாத்தனாருக்கு அளவிட முடியாத மகிழ்ச்சி.

என் மாமியாருக்கு இது பெருத்த மகிழ்ச்சியையும், திருப்தியையும் அளித்திருக்க வேண்டும். என்ன ஆச்சரியம்! அன்று முதல் அவர்கள் என் அனைத்துக் காரியங்களிலும் ஒத்தாற்போல் உதவி செய்வதும் மாலை நாங்கள் வரும்முன் எங்களுக்குப் பிடித்த டிபன் வகைகளைச் செய்வதும் தன் பேரனை மேலும் அக்கறையாகக் கவனிப்பதுமாக மாறிவிட்டார்கள். இது என் வாழ்க்கையில் ஏற்பட்ட முக்கியமான பாசப் பிணைப்பு. அவர்களுக்கென்று 'பென்ஷன்' போன்ற எந்த வருமானமும் இல்லாமல் இருந்ததால் ஒரு தாழ்வு மனப்பான்மையால்தான் அப்படி அதுவரை நடந்து கொண்டார்கள் என்பதையும் புரிந்து கொண்டேன். அதற்குப்பிறகு நானும், என் மாமியார் மீது தாய்க்கு ஒப்பான பாசம் வைத்து அவர்களுக்குத் தேவையானதைச் செய்தேன். எங்கள் குடும்பமே ஒரு இனிய சோலையானது. எனக்கோ என் மகனுக்கோ அவசர உதவி என்றால் வேலை பார்க்காத என் நாத்தனார் உடன் பிறப்பு போல் வந்திருந்து உதவிகள் செய்வதுமாய் காலம் செல்கிறது. ஒரு சாதாரண புடைவையால் எங்கள் குடும்பத்தில் ஏற்பட்ட பாசப் பிணைப்பை இப்போது நினைத்தாலும் மெய் சிலிர்ப்பேன்.

– எஸ். ஜே. பத்மாவதி, கடலூர் - 2.



மிருந்து கற்றுக் கொண்ட நற்பண்புகள் ஏராளம். அனைவரிடமும் பழகும்விதம், விருந்தினர்களை உபசரிக்கும் பாங்கு, வீட்டு வேலை செய்பவரிடம் அன்பாகப் பழகுவது, உதவி கேட்டு வருபவர்களுக்குத் தன்னால் இயன்ற உதவி செய்வது என்று எத்தனையோ சொல்லலாம்.

அப்பொழுது எனக்குத் திருமணமாகி நான்கு மாதங்களே ஆகியிருந்தன. நானும் என் கணவரும் வேறு ஊரில் இருந்தபோது ஒரு சமயம் எங்கள் வீட்டிற்கு வந்த என் மாமியார் எனக்கு ஒரு புடைவையைக் கொடுத்தார். இளம் ஆரஞ்சு கலரில் அப்போதைய 'ப்ராலோ' புடைவை அது. தான் கட்டிக் கொள்ள வாங்கியதாகவும், பிறகு அத்தனை வயதிற்குப் பிறகு தான் கட்டிக் கொண்டால் பொருத்தமாக இருக்காது என்று தன் தங்கைக்குக் கொடுத்து விட்டதாகவும் கூறினார். (இத்தனைக்கும் என் மாமியாருக்கு அப்போது 42 வயதுதான்) நான் மருமகளாக வந்ததும் தன் புடைவையை நான் கட்ட வேண்டும் என்ற ஆசையில் தங்கையிடமிருந்து வாங்கி வந்து விட்டதாகக் கூறினார்.

மருமகள் வந்து விட்டாலே குடும்பத்தைப் பிரிப்பவள் என்று எண்ணும் மாமியார்கள் இருக்கையில் மருமகளுக்காக சொந்தத் தங்கையிடம் கொடுத்த புடைவையை வாங்கி வந்திருக்கிறாரே என்று வியந்தேன். அதுவும் பிறருக்கு எப்போதும் உதவும் குணம் உடையவர் நமக்காகக் கொடுத்ததை திரும்பவாங்கி வந்தாரே என்று பிறகு எண்ணி எண்ணி மாய்ந்து போனேன். அவர்கொடுத்தது பழைய புடைவைதான் என்றாலும் அதில் அவர் என் மேல் வைத்திருந்த அன்பும் பாசமும் பளிச்சிட்டது.

நானும் ஆசைதீர அந்தப் புடைவையைக் கட்டிவிட்டு என் மாமியார் மறைந்த பிறகு அவர் ஞாபகமாக இருக்கட்டும் என்று எடுத்து வைத்து விட்டேன். ஒரு நாள் பீரோவில் எதேச்சையாக அந்தப் புடைவை கண்ணில் பட்டது. பளிச்சென்று ஓர் எண்ணம். இந்தப் புடைவையை வைத்திருப்பதால்தான் நமக்கு மாமியாரின் நினைவு இருக்குமா, நாம்தான் தினமும் அவரை நினைத்துக் கொள்கிறோமே, அவர் அடிக்கடி சொல்வதைப் போல உபயோகப்படுத்துபவர்களுக்குக் கொடுத்து விடலாம் என்று தோன்ற அப்போதே வேலை செய்யும் பெண்ணிற்குக் கொடுத்து விட்டேன். அதுவரை ஏழைகளுக்கு நாமாகச் சென்று உதவ வேண்டும் என்று தோன்றாத எனக்குள் உதவும் எண்ணத்தை ஏற்படுத்தியதே அந்தப் புடைவைதான். அதிலிருந்து என்னிடம் உதவி கேட்டு வருபவர்களுக்கு என்னால் இயன்ற உதவிகளைச் செய்து வருகிறேன். வீட்டிலுள்ள பழைய துணிமணிகள், குழந்தைகளின் பழைய நோட்டுப் புத்தகங்கள், ஸ்கூல் பேக், பழைய நாற்காலிகள், பெட்டி எதுவாக இருந்தாலும் தேவைப்படுபவர்களுக்குக் கொடுக்கிறேன். என்னிடமிருந்து மட்டுமல்ல சொந்தக்காரர்கள் வீட்டிற்குச் சென்றால்கூட அங்கிருந்து குழந்தைகளின் ஸ்கூல் யூனிபார்ம், பேக், விளையாட்டுச் சாமான்கள், ஏன் செருப்பு, ஷூ கூடக் கொண்டு வந்து கொடுக்கிறேன். எனக்குள் இப்படி உதவும் மாற்றம் ஏற்படுத்தியது அந்தப் புடைவைதான்.

– எஸ். பத்மாசுகவனேஸ்வரன்,
மேட்டூர் அணை – 1.

உணர்ந்தேன்; தெளிந்தேன்; மகிழ்ந்தேன்.

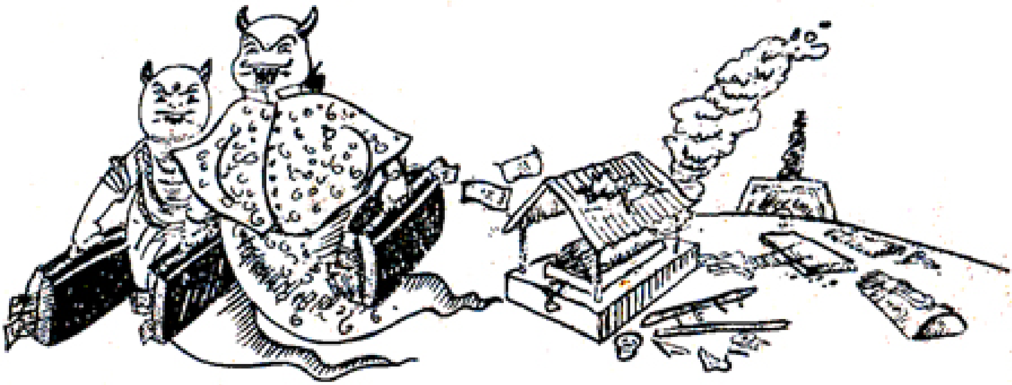
நான் எனது அண்ணன் வீட்டில் தங்கி +2 படித்துக் கொண்டிருந்தேன். எனக்கும் என் அண்ணனுக்கும் 19 வயது இடைவெளி. ஆதலால் மிகவும் பயப்படுவேன். இருவரும் அதிகம் பேசிக் கொண்டதே கிடையாது. எனக்கு ஏதாவது தேவையென்றால் என் அண்ணியின் மூலமாக, அல்லது அவர்களுக்கு நான்கு குழந்தைகள் உண்டு, இவர்களின் மூலமாகத்தான் பெறுவது வழக்கம்.

அண்ணன், அண்ணி இருவரும் ஆபீஸ் செல்பவர்கள், ஆதலால் என்னால் முடிந்த உதவிகளைச் செய்து விட்டுத்தான் பள்ளிக்குச் சென்று வருவேன். நான்கு குழந்தைகளையும் நானே பள்ளிக்குக் கூட்டிச் செல்வேன்.

எங்கள் ஐவருக்கும் ஒன்றாகத்தான் 'மாதாந்திர தேர்வு' முடிந்து 'ப்ரோகிரஸ் ரிப்போர்ட்' கிடைக்கும். குழந்தைகள் நால்வரும் நன்றாக படித்து, அவரவர்களின் வகுப்பில் அவர்களே

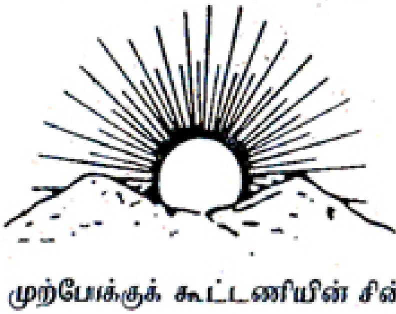


ஏழையின் சிரிப்பில் இறைவனைக் காண்பது அன்று!
ஏழையின் இறப்பில் பலகோடி கண்டது இன்று!



சுடுகாட்டுக் கொட்டகையிலும்
சுரண்டும் பேய்களை
விடமாட்டோம்; விரட்டியடிப்போம்!

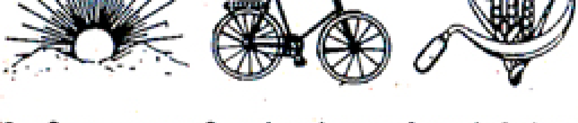
ஆதரிப்பீர்



உதயசூரியன்

தேர்தல் நாள்
27 - 4 - 96
2 - 5 - 96

தி.மு.க. முற்போக்குக் கூட்டணியின் சின்னங்கள்



வாக்களிப்பது உங்கள் உரிமை. அந்த ஜனநாயகக் கடமையை நிறைவேற்றத் தவறாதீர்.

வெளியீடு : தி.மு.க. தலைமை நிலையம், அண்ணா அறிவாலயம், சென்னை 600018.

நாட்டைக் காப்போம்! நல்லாட்சி காண்போம்!!

Land Marvel

ENTERPRISES

FLATS FOR SALE

Constructed and promoted by

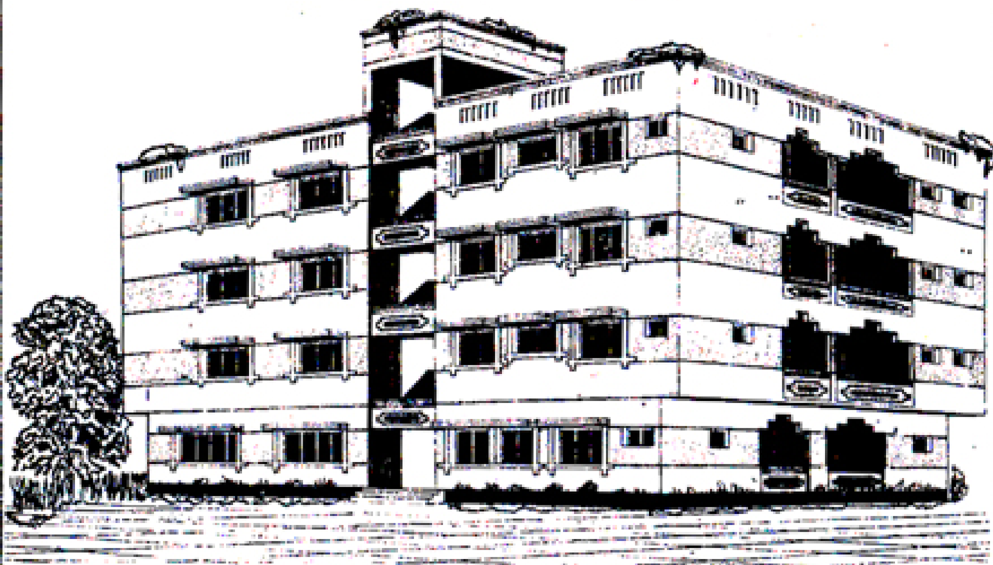
LAND MARVEL CONSTRUCTIONS

(Architects, Engineers & Builders)

No: 14, Poes Road, First Street, Ist floor,

OFF : Eldams Road, Teynampet, Madras - 600 018.

Phone : 451442, 458358. Fax : 0091 - 44 - 4347094.



1,2&3 BEDROOM FLATS AT :

1) **ADYAR** : No:9, 3rd Cross St, Sastrinagar. Near- Adyar Telephone Exchange.
2) **MANDAVELI** : No:212 & 213 St Mary's Road, (Near- Muktha Kalyana Mandapam)
3) **PURASAWALKAM** : Tana Street end No: 59, Padavettamman Kovil St.
4) **KODAMBAKKAM** : No:10, Arthriyapuram, Near- Trustpuram, 1 Main Road.
5) **NEAR DEFENCE COLONY** : No. 1, Navarathna Garden. (Near - Ashok Nagar)
6) **TAMBARAM**: No. 120, Mudichoor Road, OPP-Railway Station.
7) **PORUR** : No.50, Ganesh Avenue 1st, Sakthi Nagar.

'முதல் ராங்க்' வாங்கி விடுவார்கள். நான் தவறாமல் ஏதாவது ஒரு பாடத்தில் 'ரெட் லைன்' வாங்கி விடுவேன். நான் மிகவும் அச்சப்பட்டுக் கொண்டு, குழந்தைகளிடமே கொடுத்து என் அண்ணனிடம் கையெழுத்து வாங்கித் தரச் சொல்வேன்.

என் அண்ணனும் ஒரு வார்த்தை கூட பேசவோ, கேட்கவோ மாட்டார். ஏன் ஃபெயிலானாய் என்று கையெழுத்தை மட்டும் போட்டுத் தந்து விடுவார்கள்.

ஒவ்வொரு மாதமும் இப்படியே நடக்கவும் எனக்கு மனதில் குழப்பம் ஏற்படத் தொடங்கியது. நம் அண்ணனுக்கு நான் இங்கு தங்கி படிப்பதுதான் பிடிக்கவில்லையோ, பிறகு ஏன் எவ்வளவு குறைந்த மதிப்பெண்கள் வாங்கி வந்தாலும் கண்டிக்க மாட்டேன் எனகிறார்கள். நம் மீது அன்பு, பாசம், அக்கறை எதுவும் இடையாதோ என்று நினைத்து ஆதங்கப் பட்டுக் கொள்வேன்.

ஆண்டுத் தேர்வு நெருங்கத் தொடங்கியது. நானும் மிகவும் கஷ்டப்பட்டு படிக்கத் தொடங்கினேன். பள்ளியில் ஒரு வகுப்பிற்கும் இன்னொரு வகுப்பிற்கும் இடையில் ஐந்து நிமிடம் கிடைத்தால் கூட இரண்டு கேள்வி, பதில்களை படித்து விடுவேன். ரோட்டில் நடந்து வரும் நேரத்தில் கூட படித்ததை நினைவுபடுத்திக் கொண்டே வருவேன். மறந்து விட்டால் ரோடு என்று கூடப் பார்க்க மாட்டேன். அந்த இடத்திலேயே புத்தகத்தைத் திறந்து பார்த்து ஞாபகப்படுத்திக் கொள்வேன்.

வீட்டிலும் வேலை செய்து கொண்டே நினைவு கூர்வேன். இப்படியாக பரீட்சைக்குத் தயார் படுத்திக் கொண்டேன். பரீட்சையையும் எழுதி முடித்தேன். ரிசல்ட்டும் வந்து விட்டது. எனது தோழிகள் எல்லாம் ஓடிவந்து 'ஏய் நீ பாஸ்'பா என்றார்கள்.

ரிசல்ட் வந்த மறுநாள் என் அண்ணன் வழக்கத்திற்கு மாறாக முன்கூட்டியே வீட்டிற்கு வந்து விட்டார்கள். என் அருகில் வந்து, "ஒரு குட் நியூஸ் தெரியுமா உனக்கு. உன் வகுப்பிலேயே நீதான் "முதல் மார்க்" நோட்டீஸ் போர்டைப் பார்த்தேன். உன் பெயர் மற்றும் மதிப்பெண்கள் எழுதியிருந்தது.

உடனே காலேஜ் சென்று ஒரு அப்ளிகேஷனையும், புடவை கடைக்குச் சென்று, ஒரு செட் பாவாடை, தாவணி; மற்றும் இரண்டு புடைவைகள் வாங்கி வந்துள்ளேன். நீ காலேஜ் செல்லும்போது இந்தப் புடைவையை கட்டிக் கொண்டு போ.

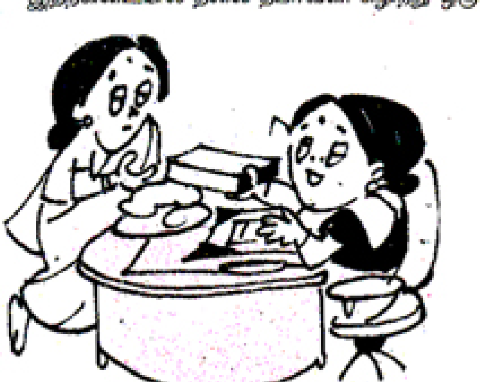
எங்கே நீ பாஸ் கூட செய்ய மாட்டாயோ என்று தான் எண்ணியிருந்தேன். உன் அண்ணி வேறு அவ்வப்பொழுது உடல்நலம் சரியில்லாமல் படுத்துவிட்டாள். நீ அவளையும் கவனித்து, குழந்தைகளையும் கவனித்துக் கொண்டு, வீட்டு வேலைகளையும் செய்து கொண்டு உடல்நலமின்றி இருக்கும் உன் அண்ணியைப் பார்க்க வரும் விருந்தினர்களையும் உபசரித்துக் கொண்டு இந்த வயதிலேயே இவ்வளவு பொறுப்புகளோட படித்து வகுப்பிலேயே முதல் மார்க்கும் வாங்கியிருக்கிறதை நினைத்துப் பார்த்தால், எனக்கு மிகவும் சந்தோஷமாக உள்ளது" என்று என் அண்ணன் முதன் முறையாக நேருக்கு நேர் என்னோடு பேசியபோதுதான், என் அண்ணன் என் மேல் கொண்டுள்ள "அன்பு, பாசம், அக்கறை" அனைத்தையும் உணர்ந்தேன். அந்த இரண்டு பாலியெஸ்டர் புடைவைகளுக்கும் இப்போது வயது 16. இன்னும் பத்திரமாக வைத்திருக்கின்றேன் பாருங்களேன். மறக்க முடியாத "மதிப்பெண்" புடைவையல்லவா அது.

–இந்திராணி தங்கவேலு,
சென்னை – 24.

அலுவலக உறவுகளும், தனி மனித உறவுகளும்

நான் அப்பொழுது (1976) ஒரு வங்கியின் துணை மேலாளராக ஹைதராபாத்தில் மகளிர் மட்டும் கிளையில் வேலை பார்த்துக் கொண்டிருந்தேன். அப்பொழுது தான் எனக்கு கல்யாணமும் ஆகி என் கணவரின் இருப்பிடமான கோழிக்கோட்டிற்கு மாற்றல் மனு கொடுத்திருந்தேன். ஒரு முறை அங்கு ஒழிவு இல்லை என்று பதிலும் வந்து விட்டது. இரண்டாவது தடவை மனு கொடுத்திருந்தேன்.

இதற்கிடையில் தலை தீபாவளி கழிந்து ஒரு



நல்ல நாள் பார்த்துக் குடித்தனம் வைக்க கோழிக்கோட்டிற்கு நானும் என் அம்மாவும் வந்திருந்தோம். யதேச்சையாக அங்குள்ள எங்கள் கிளைக்குப் போனால், ஓர் இன்ப ஆச்சரியம்! என் மாற்றல் உத்தரவின் பிரதி அங்கு வந்திருந்தது. உடனே தபால் மூலம் ரிலீப் வாங்கி, கோழிக்கோட்டில் சேர தலைமை அலுவலகத்திலிருந்து சம்மதம் வாங்கித் தரு கிறேன் என்று அந்த மானேஜர் சொன்னார். ஆனால் அந்தோ! தலைமை அலுவலகம் ஒப்புக் கொண்டாலும் ஹைதராபாத்திலிருந்த என் கிளை மேலாளர் ஒப்புக் கொள்ள வில்லை.

அப்பொழுது வங்கிகளின் முழு ஆண்டு கணக்கெடுப்பு டிசம்பரில் இருந்ததால், கணக்கு எல்லாம் முடித்து, வருடாந்திர ஆடிட் முடிந்த பிறகு, மாற்று ஆள் வந்தால்(?) தான் அனுப்ப முடியும் என்று தீர்மானமாகச் சொல்லி விட்டார்கள். நான் அப்பொழுது அந்தப் பிரிவில் தான் இருந்தேன். எனக்கு ஒரே ஏமாற்றம். தெய்வம் வரம் கொடுத்தாலும் பூசாரி வரம் கொடுக்காத கதைதான். ஒரு பெண் கல்யாணம் ஆகி மூன்று மாதம் கழித்து தன் கணவ ரின் இருப்பிடத்திற்குப் போவதற்கு வேறொரு பெண்மணியால் இப்படி ஓர் இடைஞ்சலா என்று வருத்தமாக இருந்தது. மேலும் அவர் அன்பும், பண்பும் கொண்ட பெண்மணிதான். அப்படிப்பட்டவரின் இந்த முடிவைக் கேட்ட வுடன் நான் ரொம்ப வேதனையடைந்தேன்.

வேறு வழியின்றி ஹைதராபாத் திரும்பி வந்து வருடாந்திர கணக்கெடுப்பு வேலையில் மூழ்கினேன். ஒரு வாரம் ஆனவுடன் என்னைக் கூப்பிட்டுச் சொன்னார், "இதோ பார், நான் உன் சந்தோஷத்தின் குறுக்கே நிற்க மாட்டேன். மாற்று ஆள் வராவிட்டாலும் வருடாந்திர வேலையை முடித்துக் கொடுத்தால், உன்னை உடனே ரிலீவ் பண்ணி விடு கிறேன்" உதவிக்குக் கூடுதலாக ஓர் ஆளும் கொடுத்தார். ஜனவரி பத்தாம் தேதி வேலை முடிந்தவுடன், 11ம் தேதி ரிலீவிங் ஆர்டர் கொடுத்து விட்டார். அன்று மத்தியானம், என்னைக் கூப்பிட்டனுப்பி, ஒரு சிறிய பொட்டலத்தைக் கொடுத்து,

"இது உனக்கு என் பரிசு. எனக்கு உன் னிடம் எப்பொழுதும் அன்பும் நம்பிக்கையும் உண்டு. ஆனால், ஒரு பொறுப்பான பதவியில் இருந்து கொண்டு முக்கியமான வேலையை முடிக்காமல், உன்னை விட முடியவில்லை. என் மேல் உனக்கு வருத்தம் இருக்கும். ஆனால் உன்னுடைய அலுவலக வாழ்க்கையில் நீ நிச்சயம் என் நிலைமையைப் புரிந்து கொள்வாய்" என்றார். பொட்டலத்தைப் பிரித்தால், இளம் பச்சை நிறத்தில் ஒரு ஜார்ஜெட் புடைவை! "கேரளாவில் நல்ல மழை இருக்கும். இந்த மாதிரி புடைவைகள்தான் அதிகம் உப யோகப்படும். பருத்திப் புடைவையை உடுக்க முடியாது" என்றார். அவருடைய அன்பில் நான் பேச்சிழந்து நின்றேன்.

இரு மனிதர்களிடையே அலுவலக ரீதியான உறவிற்கும், தனி மனித உறவிற்கும் உள்ள வேறுபாட்டை அன்று நான் உணர்ந் தேன். அப்படித்தான் இருக்க வேண்டும் என்றும் புரிந்தது. இன்று நானும் ஒரு கிளை மேலாளர். நானும் அவரைப் போல்தான் எல் லோருடனும் பழகி வருகிறேன். ஒரு குழப்பமும் உண்டாக்காத இனிமையான உறவு.

– ஜானகி ராமகிருஷ்ணன், காலிகட் - I.

இரண்டாவது மாத கட்டுரைப் போட்டியில் செண்பகம் சில்க்ஸ் பட்டுப் புடைவை பரிசுபெற்ற திருமதி. ரோகிணி வெங்கட்ராமனுக்குப் பரிசு அளிக்கிறார் திருமதி செண்பகம் ராமசாமி.



மாதம் ஒரு ரூபாய் சம்பளமாம்!
நூறு கோடியில் திருமணமாம்!!



எங்கிருந்து கிடைத்தது
இந்தப் பணம்?
சிந்திப்பீர்! செயல்படுவீர்!!

ஆதரிப்பீர் உதயசூரியன்

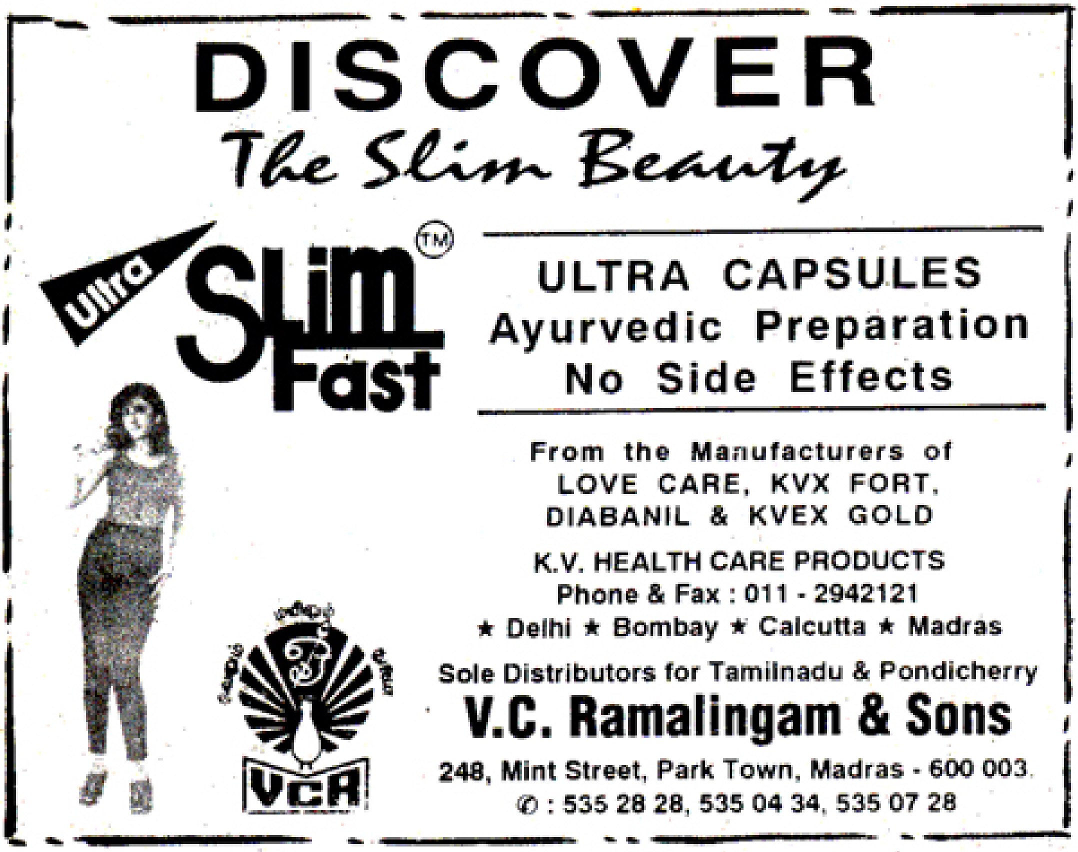
27 - 4 - 96
2 - 5 - 96

தி.மு.க. முற்போக்குக் கூட்டணியின் சின்னங்கள்

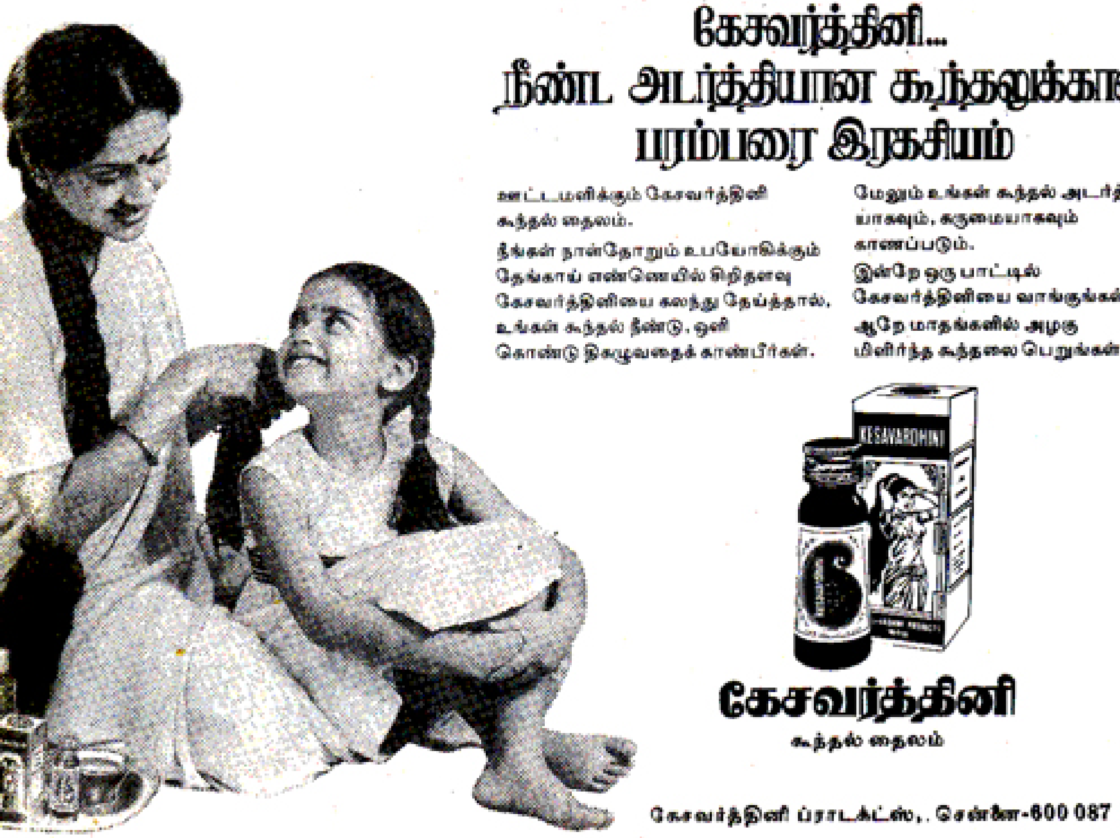
வாக்களிப்பது
உங்கள் உரிமை.
அந்த ஜனநாயகக்
கடமையை
நிறைவேற்றத்
தவறாதீர்.

வெளியீடு : தி.மு.க. தலைமை நிலையம், அண்ணா அறிவாலயம், சென்னை, 600018.

நாட்டைக் காப்போம்! நல்லாட்சி காண்போம்!!



DISCOVER
The Slim Beauty
Ultra
Slim Fast
TM
ULTRA CAPSULES
Ayurvedic Preparation
No Side Effects
From the Manufacturers of
LOVE CARE, KVX FORT,
DIABANIL & KVEX GOLD
K.V. HEALTH CARE PRODUCTS
Phone & Fax : 011 - 2942121
★ Delhi ★ Bombay ★ Calcutta ★ Madras
Sole Distributors for Tamilnadu & Pondicherry
V.C. Ramalingam & Sons
248, Mint Street, Park Town, Madras - 600 003.
✆ : 535 28 28, 535 04 34, 535 07 28
VCR



கேசவர்த்தினி...
நீண்ட அடர்த்தியான கூந்தலுக்கான
பரம்பரை இரகசியம்
ஊட்டமளிக்கும் கேசவர்த்தினி கூந்தல் தைலம்.
நீங்கள் நாள்தோறும் உபயோகிக்கும் தேங்காய் எண்ணெயில் சிறிதளவு கேசவர்த்தினியை கலந்து தேய்த்தால், உங்கள் கூந்தல் நீண்டு, ஒளி கொண்டு திகழுவதைக் காண்பீர்கள்.
மேலும் உங்கள் கூந்தல் அடர்த்தியாகவும், கருமையாகவும் காணப்படும்.
இன்றே ஒரு பாட்டில் கேசவர்த்தினியை வாங்குங்கள்.
ஆறே மாதங்களில் அழகு மிளிர்ந்த கூந்தலை பெறுங்கள்.
KESAVARDHINI
கேசவர்த்தினி
கூந்தல் தைலம்
கேசவர்த்தினி ப்ராடக்ட்ஸ்,. சென்னை-600 087



சொல்ல விரும்புகிறோம்

மந்திரக்கோல் 'கன்னக்கோல்' ஆகிறது!

❁ 'எண்ணும் படமாகும்!' கட்டுரையில்தான் எத்தனை அழகான ஓவியங்கள்! படிக்க ஆரம்பிக்கின்ற குழந்தைகள் ஆர்வத்துடன் எழுதிப் படிப்பதற்கும், ஆசையாக ஓவியம் வரைந்து கற்றுக் கொள்வதற்குமாக 'டூ-இன்-ஒன்'-னாக விளங்கியது.

சென்னை - 75, கே. விஜயசங்கர்.

❁ ஜெய்மாஹி போட்டியில் திருமண மண்டபங்களில் சமையலறை, சமையல் பாத்திரங்கள் சுத்தமாக இருக்க வேண்டியது வலியுறுத்தப்பட்டுள்ளது. சத்திரக்காரர்கள் கட்டாயம் கடைப் பிடிக்க வேண்டிய ஒன்று.

கர்னூல், எஸ். மகேஷ்.

❁ கண்ணம்மா பகவதி கதையில் கங்கா செய்ய நினைத்த எலுமிச்சை சேவையோடு ஓவியர் போட்டிருக்கும் படமும் சரிக்குச் சரி போட்டி போடுகிறதே! ரசிப்பதற்குரியன!

சென்னை - 14, அய்யாறு வாசுதேவன்.

❁ "சிட்டுக் குருவிகளா கட்டும் நம் சின்னக் கண் மணிகள்" கட்டுரையில் "ஆரம்ப கால பயிற்சி தான் குழந்தையிடம் பொறுப்புணர்வு உண்டாக்குவதற்கான அஸ்திவாரம். இதைத் தவற விட்டால் வருஷமெல்லாம் நாமேதான் செய்தாக வேண்டிய நிலை ஏற்பட்டுப் போகும்" என்ற வரிகள் என் மனதில் பசுமரத்து ஆணிபோல் பதிந்து விட்டது. என் எல்.கே.ஜி. படிக்கும் மகளிடம் அன்பாக கூறி சிறு, சிறு வேலைகளை அவளே செய்யும்படி பழக்கி வருகிறேன்.

நன்னிலம், ராஜலக்ஷ்மி சுப்பிரமணியன்.

❁ பெண்கள் வேலைக்கென்று வெளியே வந்த பின்பு தங்கள் திறமையை நிரூபணம் செய்து காட்டியாக வேண்டும். 'பெண்' என்ற நிலையை சாதகமாக்கிக் கொண்டு பலவீனத்தால் பின் வாங்கக் கூடாது எனச் சொன்ன விஜயலக்ஷ்மி விஸ்வநாதன் அவர்களின் கருத்து முற்றிலும் வரவேற்கப்பட வேண்டியது.

பவித்திரமாணிக்கம், டி. கமலாதியாகராஜன்.

❁ நிஜம்தான். பானுகுமார் எழுதிய 'பழி எவ்விடம்' கதை உண்மைதான். இன்னும் பல வீடுகளில் தற்செயலாக நடக்கும் நிகழ்ச்சிகளை பெரியவர்கள் இப்படித்தான் தப்புக் கணக்கு போடுகிறார்கள்.

வேலூர், அனுசுந்தர்.

❁ தேர்தலை எதிர்கொள்ளவிருக்கும் நேரத்தில் வந்த ஆசிரியரின் "நம் கையிலிருக்கும் மந்திரக்கோல்" 'கட்டுரை ஜனநாயக தேசத்தின் மீது ஒவ்வொருவரும் கொண்டுள்ள நேசத்தை வெளிப்படுத்துவதாக இருந்தது. இதில் வேடிக்கை என்னவென்றால் 'நம் கையிலிருக்கும் மந்திரக்கோல் தேர்தல் முடிந்ததும் அவர்களின் கையில் கன்னக் கோலாக உருமாற்றம் பெற்று விடுவது தான்!

நெய்வேலி, எஸ். இந்துமதி.

❁ 'முயற்சிகளின் முட்டுக்கட்டை நம்ம அரசியலும், சட்டமும்தான்!' என்ற எதிர்கால டாக்டர் உஷாவின் வேதனை, நெஞ்சில் வேலாய் குத்துகிறது. கண் பார்வையற்ற அவரின் ஊக்குமுடைமை தெரிந்து வியந்ததில் என் விழிகள் விரிந்தன.

பல்லவன் நகர், எல்.எம். மங்கை.

❁ சீக்கிரம் கம்ப்யூட்டர் பொம்மையை இந்தியாவிற்கு இறக்குமதி செய்ய ஏற்பாடு செய்யுங்கள், அப்படியாவது ஜனத்தொகை குறையுதா என்று பார்ப்போம்.

நன்னிலம், சுதாகுணசேகரன்.

❁ 'சர்க்கரை நோய்' பற்றிய டாக்டர் கவுஸரின் கட்டுரை மிகவும் பயனுள்ளதாக இருந்தது. சர்க்கரை நோய் பற்றி அக்கு வேறு, ஆணி வேறாக விளக்கி இருந்த விதம் அருமை. படித்தவுடன் அப்பகுதியைத் தனியே எடுத்து பாதுகாத்து வைத்துக் கொண்டேன்.

தஞ்சாவூர், வனிதாரவி.

❁ நடமாடும் மனிததெய்வம் ஸ்ரீ சத்ய சாய்பாபாவின் அருள் தன்து மழலைப் பருவம் முதல் இன்று வரை தொடர்ந்து என்றும் எனக்கு உண்டு என்ற ரீதியில் சுதா ரகுநாதன் பேட்டியும் படங்களும் நெஞ்சில் நிலை பெற்று விட்டன.

மதுரை - 16, எல். மீனாட்சிசுந்தரம்.

❁ பெண்கள் பத்திரிகைதானே அரசியல் எதற்கு என்று இல்லாமல் உரிய நேரத்தில் உரிய முறையில் எழுதி எங்களைப் போன்றவர்களை சிந்திக்க வைத்து விட்டீர்கள்.

திருவாரூர், த. சாந்தி.

அட்டை வண்ணப்படம் : டி.சி. நாகேஷ்

உ

ஸ்ரீரஸ்து. சுபமஸ்து. ஸ்ரீவெங்கடேசப்ரசன்ன :-

ஜெகத்குரு ஸ்ரீ ஆசார்ய சுவாமிகள் ஆக்ஞையின் படியும் ஆசியுடனும் கீழ்க்கண்ட யாத்திரைகளை அறிவிக்கிறோம் :-

10.6.96 முதல் 15 நாட்கள் பத்ரிநாத், கேதார்நாத் யாத்திரை
10.6.96 முதல் 24 நாட்கள் பத்ரிநாத், கேதார்நாத், காசி, கயா, பிரயாகை யாத்திரை
10.6.96 முதல் 35 நாட்கள் யாத்திரை
22.6.96 முதல் 14 நாட்கள் காசி, கயா, பிரயாகை, கயா யாத்திரை.
1.7.96 முதல் 12 நாட்கள் நேபாள யாத்திரை
1.7.96 முதல் 15 நாட்கள் நேபாளம், கல்கத்தா, பூரி, கோனார்க் யாத்திரை.
23.9.96 முதல் 20 நாட்கள் கங்கோத்ரி, யமுநோத்ரி, கோமுகி, பத்ரிநாத், கேதார்நாத் யாத்திரை.

மேலும் விவரங்களுக்கு :

ஸ்ரீ மஹாலக்ஷ்மி யாத்ரா சர்வீஸ்,

1, யூசுப் லேன் - அருணாசல ஆசாரி தெரு,
சேப்பாக்கம், சென்னை - 600 005. டெலிபோன் : 841957

1. எங்கள் சார்ஜுகளில் ரயில் மற்றும் பஸ் சார்ஜுகள், தங்கும் வாடகை, உணவு - ஊர் சுற்றிப் பார்க்கும் செலவுகள் ஆகிய அனைத்தும் அடக்கம் -
2. யாத்திரைகள் அறிவித்துவிட்டால் தள்ளி வைப்பதோ, ஒட்டுமொத்தமாக ரத்து செய்வதோ கிடையாது.

தீபாவளி கங்காஸ்நான யாத்திரை பற்றிய விவரங்கள் அடுத்த ஜூன் மாத இதழில் வரும் -

ஜோதி வழங்கும்

25%+5 ஆண்டுவட்டி

ஊக்கத் தொகை
(அல்லது)
தங்ககாசு
குறைந்த பட்ச டெபாசிட்
ரூ. 5,000/-

★ உங்கள் வைப்புத் தொகை 36 மாதங்களில் இரட்டிப்பாகிறது.
★ வயது 50க்கு மேற்பட்டவர்களுக்கு 1% கூடுதல் ஊக்கத்தொகை.
★ முதலீடு செய்த தொகைக்கும் வட்டிக்கும் பின் தேதியிட்ட காசோலைகள் வாரண்டுகள் முன்கூட்டியே கொடுக்கப்படும்.
★ ரிசர்வ் வங்கி சட்ட விதிகளுக்கு உட்பட்டு டெபாசிட்களை பெறுகிறோம்.
★ வெளியூர் டெப்பாசிட்டுகளுக்கு வட்டி D.D. மூலம் கம்பெனி செலவில் மாதா மாதம் அனுப்பப்படும்.
★ ஜோதி நிறுவனம் 1990ஆம் ஆண்டு முதல் அதிக வட்டி கொடுத்து வருகின்றது.

JOTHI GROUP OF COMPANIES

JOTHI PROPERTY FINANCE & INVESTMENTS (REGD).
எண். 19, துரைசாமி சாலை, தி.நகர், ஸப்வே அருகில்
சென்னை-600 017. தொலைபேசி : 8282353, 8231525.

இந்த விளம்பரத்தை கொண்டு வந்து
1% கூடுதல் ஊக்கத் தொகை பெற்றுக்கொள்ளவும்.

உங்கள் மகிழ்ச்சியே எங்கள் நோக்கம்.



• சுதா சேஷாத்ரி

வீட்டிலேயே சம்பாதிக்கலாம்!

"டிராவல் ஏஜென்ஸி நடத்தவும் பெண்களால் முடியும். இதுவும் வீட்டிலிருந்தே சம்பாதிக்கக் கூடிய தொழில்தான். இதற்கு வேண்டியது நிறைய நண்பர்கள், பொறுமை, இன்முகம்" என்கிறார் காயத்ரி டிராவல் ஏஜென்ஸி நடத்தி வரும் சுதா சேஷாத்ரி.

இவர் ரயில், பஸ், விமானம் ஆகியவைகளில் பயணம் செய்ய டிக்கெட்டுகள் முன் பதிவு செய்து கொடுப்பவர். இந்தத் துறைக்கு இவர் வந்த விதம், இதில் உள்ள கஷ்டங்கள் - வித்தியாசமான அனுபவங்கள் போன்றவைகள் பற்றிக் கேட்டபோது -

"நான் விளையாட்டாகத் துவங்கியதுதான் இந்த நிறுவனம். என் குழந்தைகள் வளர்ந்து பெரியவர்களான பின்பு வீட்டிலிருந்தபடியே பொழுதை வீணாக்குவதைவிட உருப்படியாகத் தொழில் துவங்க எண்ணினேன். நான் இருக்கும் இந்தப் பகுதியில் இதுபோன்ற டிராவல் ஏஜென்ஸி எதுவுமில்லை 92 - ல் இதைத் துவக்கினேன்.

ட்ரெயின், பஸ் (பெங்களூர் மற்றும் தெற்கே செல்பவை) களுக்கு டிக்கெட் 'புக்' செய்து தருகிறேன். வெளியூர் பிரயாணம் செய்ய விரும்புபவர்கள் எனக்கு 'போன்' மூலம் தகவல் கொடுத்தால் போதும். நானே முன் பணம் போட்டு டிக்கட் 'புக்' செய்து அதை அவர்களின் வீட்டுக்கு நேரடியாக (ஆள் மூலம்) கொடுத்தனுப்புகிறேன். டிக்கெட்டை வாங்கிய பின்பு அவர்கள் பணம் கொடுப்பார்கள். டிக்கெட் வாங்கித் தருவதற்காக எங்களின் சர்வீஸ் சார்ஜ் டிக்கெட் ஒன்றிற்கு ரூ. 15/- மட்டும்தான். ஒரு டிக்கெட், இரண்டு டிக்கெட் என ஆர்டர் வரும்போது லாபம் ஒன்றும் கிடையாது. மொத்தமாக 'பல்க்' புக்கிங் என்றால்தான் லாபம் உண்டு. நாள் முழுவதும் - 24 மணி நேரம் எங்களிடம் 'புக்கிங்' உண்டு. இந்த மாதிரி பெண்கள் அவரவர் ஏரியாவில் செய்யலாம்.

சாதாரண நாட்கள் என்றால் இரண்டு அல்லது மூன்று நாட்கள் முன்னால் சொன்னால் போதும் நாம் புக் செய்துவிட முடியும். ஆனால் விடுமுறை நாட்கள், விசேட நாட்கள் போன்ற சமயங்கள் என்றால் ஒரு மாதம் முன்பே சொன்னால்தான் அவர்கள் கேட்கும் தினத்தில் நம்மால் டிக்கெட் வாங்க முடியும். மிகவும் தொலைதூரங்கள்

என்றால் சாதாரண நாட்களில் கூட குறைந்தபட்சம் ஒரு வாரம் முன்பு சொல்ல வேண்டும்.

போனில் டிக்கெட் 'புக்' செய்து தரவேண்டுமெனக் கேட்கும்போதே - செல்ல வேண்டிய இடம், செல் பவர்களின் வயது, செல்ல வேண் டிய நாள் போன்ற விவரங்களைக் கேட்டுக் கொள்ள வேண்டும். அவர்கள் குறிப்பிடும் தேதிக்கு மாற்றுத் தேதி ஒன்றும் கேட்டு வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். அதேபோல டிக்கெட்டுகளை கேன் சல் செய்யச் சொன்னால் அதை யும் செய்து தரலாம்.

இப்படி டிக்கெட்டுகள் வாங்கித் தரக் கேட்பவர்கள் அதிகபட்சம் ட்ரெயின் என்றால் 'லோயர் பெர்த்' கேட்கிறார்கள் - பஸ் என் றால் நடுவில் இருக்கும் 'சீட்' வேண்டுமென்கிறார்கள். அது இதில் முக்கியமான பிரச்னை. அப்படி அவர்கள் கேட்கும் 'சீட்' அல்லது 'பெர்த்' கிடைக்காத போது கோபப்படுபவர்களும் உண்டு. பொறுமையுடன் இவை களை 'டீல்' செய்வோம். அதே போல 6 பேர் உள்ள குடும்பம் முழுவதுமே ஒரே 'கூபே'யில் இடம் வேண்டும் என்னும் போதும் கஷ்டம்தான். - இப்படிச் சில சின்ன பிரச்னைகள் இதில் உண்டு. மொத்தமாகப் பார்த்தால் டிரெயின் டிக்கெட்தான் அதிகம் 'புக்' செய்கிறோம். பஸ் ஓரளவு குறைவுதான். பஸ் பயணத்தில் உள்ள சில 'ரிஸ்க்'குகள்தான் இதற்குக் காரணம். விடுமுறை நாட்களில் எங்கள் போன் ஓயா மல் ஒலித்துக் கொண்டிருக்கும்.

விமான டிக்கெட்டும் வாங்கித் தருகிறோம். இப்படி 'ஏர் டிக்கெட்' பதிவு செய்து தரும் பெரிய இரு நிறுவனங்களின் சப்-ஏஜென்டாக நாங்கள் பணிபுரிகிறோம்.

இப்படி டிக்கெட்டுகளை வாங்கி வருவது - அவைகளை வேண்டுபவர்களிடம் கொண்டு சென்று கொடுப்பது போன்ற வேலைகளைச் செய்ய ஒருவரைப் பணியில் அமர்த்தினால் போதும். அப்படித்தான் நான் செய்திருக் கிறேன். மற்றபடி இந்த ஏஜென் ஸியை நானேதான் கவனித்துக் கொள்கிறேன். இந்தத் தொழிலி னால் பெரியதொரு லாபம் என்று சொல்ல முடியாது. ஆனால் நல்ல பல தொடர்புகளைத் தந்துள்ளது - பொழுதும் நல்ல வழியில் கழிகிறது. இந்த அவசர யுகத்தில் டிரெயின் டிக்கெட்டுக்காக ஒவ்வொருவரும் 'க்யூ'வில் போய் நிற்க முடியாது. அப்படிப்பட்டவர் களுக்கு உதவும் ஒரு தொண்டு மனப்பான்மையுடன் எங்கள் நிறுவனத்தின் பணி தொடர்கிறது" என்கிறார் திருமதி சுதா சேஷாத்ரி. இவர் பல சமூக சேவைகளும் செய்து வருபவர். எக்ஸ்நோரா வின் அடையாறு பிரிவின் அமைப் பாளர் என்பதும் குறிப்பிடத்தக்கது.

பேட்டி : **வைதேகி தேசிகன்**

வாரத்திற்கு ஒரு முறையேனும் தயிர், வெங் காயம் சேர்ப்பது மிகவும் நல்லது. அதில் நிறைய கொத்துமல்லி சேர்த்து ஒரு ஸ்பூன் வெந்தயத்தை யும் போட்டு, ஊறியபின் சாப்பிட்டால் சுவைக்கும் மணத்துக்கும் ஈடேயில்லை. சப்பாத்திக்குச் சரி யான ஜோடி இது.

- கி. மஞ்சுளா



வம்பு பேசுவது ஆண்களும்-தான்!

• ராஜீவ்

'கிசுகிசுக்கள் பெண்களிடம்தான் ஆரம்பமாகிறது 'வம்பு'- பேசுவது பெண்களுக்குப் பிடித்த விஷயம்' என்று பட்டம் கட்டி வைத்திருக்கிறார்கள். ஆனால் இப்படி கிசுகிசுப்பதில் ஆண்களுக்குத்தான் முதலிடம் என்கிறார் திரு. ராஜீவ். சென்னை சோழிங்க நல்லூரில் அனைத்து வசதிகளுடன் ஒரு டென்னிஸ் பயிற்சி நிலையத்தை உருவாக்கி வரும் டென்னிஸ் பயிற்சியாளரான இவர் காரமாகவே தன் இனத்தைப் பற்றிப் பேசுகிறார்-

"எல்லோரும் பெண்கள்தான் கிசுகிசு பேசுவாங்கன்னு சொல்வாங்க. அதுலே ஓரளவு உண்மையிருக்கலாம். ஆனால் அவர்கள் பேசும் கிசுகிசுக்கள் அடுத்தவர்களை அதிகம் பாதிக்காதவை. அதிக பட்சம் புடைவைகள், நகைகள், விதவிதமான சமையல் குறிப்புக்கள் பற்றியிருக்கும். குழந்தைகளின் பாடம், படிப்பு பற்றி பேசுவார்கள்.

ஆனால் ஆண்கள் பேசும்போது...! நான்கு ஆண்கள் கூடினாலே போதும் இப்படி கிசுகிசு பேசுவது ஆரம்பமாகிவிடும். அதுவும் அவர்கள் கூட்டத்தில் அப்போது இல்லாத ஒரு முக்கியமான- அதுவும் அவர்களுடைய நெருங்கிய நண்பரைப்பற்றி- அதுவும் அவர்களின் குடும்பம்- மனைவி பற்றி கிசுகிசுப்பார்கள். அதில் ஒரு தனியான சுகம் அவர்களுக்கு உண்டு. பெண்களுக்கு எப்போதுமே தங்கள் நடத்தைப்பற்றிய மிகுந்த கவனம் உண்டு. மற்றவர்கள் குறை கூறும் படியாக அது அமையக் கூடாது என்ற பயமும் உண்டு. சில சமயம் நியாயமான ஆசைகளைக்கூட மனதுக்குள் மறைத்து வைப்பார்கள். ஏதாவது 'தப்பாக' நடந்து விட்டால் அதைக் கூடுமானவரை மறைத்து விடத்தான்- மறந்துவிடத்தான் முயலுவார்கள். ஆனால் ஆண்கள் விஷயம் அப்படி அல்ல. அவர்களின் கிசுகிசுவின் முக்கிய அம்சமே இது போன்ற செய்திகள்தான். அவர்களின் கிசுகிசுப்பில் அவர்களின் 'வக்ரம்' பளிச்சிடும்.

யாரோ ஒரு பெண். அது அடுத்த வீட்டுப் பெண்ணாக இருக்கலாம்; உறவினராகவோ, தெரிந்த நண்பர்வீட்டுப் பெண்ணாகவோ இருக்கலாம்- அந்தப் பெண் ஒருமுறைக்கு இருமுறை திரும்பிப்பார்த்தாலேபோதும்- கிசுகிசுக்கும் நண்பர் தன் கற்பனை குதிரையைத் தட்டிவிட்டு விடுவார். அந்தப் பெண்ணுடன் தான் நெருங்கிப் பழகி முடித்து விட்டதாகத் தன் நண்பர்களிடையே பேசுவார். அதில் அலாதியான தனிப் பெரும் பெருமை. அவருக்கு தான் பேசும் அந்தக் கிசுகிசுவினால் பாதிக்கப்படும் அந்தப் பெண்ணைப் பற்றி- அவள் மணமானவளானால் அவள் குடும்பம் பற்றி அவர் எண்ணிப்பார்ப்பாரா? அவளே மணமாகாத பெண் என்றால் அவள் எதிர்கால வாழ்க்கையில் ஏற்படும் பாதிப்புகளை இப்படி கிசுகிசு பேசும் நண்பரால் நேராக்க முடியுமா?- இதெல்லாம் எண்ணிப்பார்க்க நேரமேது அவருக்கு?

நண்பர் ஒருவர் தனக்கு நெருக்கமான நண்பரிடம் தன் மனைவியிடம் அன்று தனக்கு ஏற்பட்ட ஒரு சிறு மன வருத்தம் பற்றிச் சொல்வார். 'என்னடா அவ அப்படியா சொன்னா? என்ன தைரியம்டா



அவனுக்கு? அதைக்கேட்டு நீ சும்மாவா விட்டே?- நீ ரொம்ப தப்பு பண்ணிட்டே.. நீ அவனை சும்மா விடக்கூடாது'- என்று நண்பர் 'போட்டுக் கொடுக்கும்' விதத்தை என்னவென்பது. மன வருத்தம் அதிகமாகி பதில் ஒன்றும் பேசாமல் வந்தவர் எழுந்து வெளியே போன உடனேயே- இந்தச் செய்தியை மற்றவர்களிடம் விரிவாக 'கிசுகிசுப்பதில்' பேரானந்தப் படுவார் அந்த 'நெருங்கிய' நண்பர்! நண்பரின் குடும்பத்தில் அக்கறை கொண்டவர் என்றால் எப்படி அவர் நடந்திருக்க வேண்டும்?

"என்னடா இதைப் போய் ஒரு பெரிய விஷயமா சொல்ல வந்துட்டே? இத்தனை வருஷமா உன்னோடு குடும்பம் நடத்தற உன் மனைவியைப் புரிஞ்சுக்க முடியலையா? ஏதோ கோபத்துலே உணர்ச்சி வசப்பட்டு பேசற எல்லாமே நிலையானதா? விட்டுத்தள்ளு. போய் உன் மனைவியை சமாதானம் பண்ணு"- இப்படித்தானே அவர் சொல்ல வேண்டும்?

பெண்களுக்கு அதிக நேரம் ஓய்வு இருக்கு. அதுலேயும் வீட்டிலே இருக்கற பெண்களுக்கு ஓய்வு அதிகம்- அதனாலேதான் அவங்களாலே இப்படி வம்பு பேசவும் கிசுகிசுக்கவும் நேரமிருக்குன்னு ஒரு வாதம் உண்டு. இன்றைய காலகட்டத்தில் அது உண்மையில்லைதான். ஆனால் காலை 10 மணி முதல் இரவு 8 மணி வரை தொடர்ந்து பணி புரியும் ஆண்மகனின் மனத்திலும் தான் எத்தனை கற்பனை, சிந்தனை ஓட்டம்? ஓயாது வேலை செய்கின்றபோதும் ஓயாமல் யோசிப்பதும்- கற்பனை செய்வதும் அவைகளை நிஜமாக நடந்தவைகள் போல திரித்துப் பேசுவதும் கூட நிறைய உண்டு. நண்பர்கள் கூடும் நேரம், இல்லாத நண்பரைப் பற்றி அவசியமில்லாமல் பேசுவதைத் தவிர்த்தாலே பிரச்னை இல்லை.

ஒரு பெண்தன் கணவனின் நடத்தையில் சந்தேகப்படுகிறாள் என்றால் அதற்கு முக்கிய காரணம் இரண்டு. கணவனிடம் அவள் கொண்ட அளவு கடந்த அன்பு-மற்றும் சமூகத்தில் உள்ள ஒரு பாதுகாப்பற்றநிலை. ஆனால் ஒரு ஆண்மகனுக்கு அப்படியா? ஏதாவது இப்படி ஒரு 'கிசுகிசு' வைக் கேட்பதனால் உண்டாகும் சந்தேகத்தினாலேயே பிரிந்து போகும் குடும்பங்கள் எத்தனை? ஒன்று மட்டும் நிச்சயம்- கிசுகிசுப்பது- வம்பு பேசுவது எதிலுமே ஆண்களும் சளைத்தவர்கள் அல்ல" என்கிறார் ராஜீவ்.

— வைதேகிதேசிகன்

அமுதத்தைப் புறக்கணிக்கலாமா?

கோடைக்காலத்தில் பேருந்துகள் நிற்கும் இடங்களில் முன்பெல்லாம் இளநீர் விற்பார்கள். தற்போது ஏகப்பட்ட விளம்பரங்கள் செய்யப்பட்ட வண்ண மயமான பாட்டில்களுடன் முற்றுகையிடுகின்றனர். கையில் நுரை பொங்கும் கோக் பாட்டிலுடன் நிற்பது இளமைத்துடிப்பின் சின்னம் என்று டி.வி., முழுப் பக்க பத்திரிகை விளம்பரங்கள் மூளைச் சலவை செய்கின்றன. இவை எவ்வளவு தூரம் உடலுக்குத் தீங்கு விளைவிக்காதவை என ஒவ்வொருவர் ஒவ்வொரு கருத்துச் சொல்லிக் கொண்டிருக்கின்றனர்.

இனி தென்னை தாளால் உண்ட நீரை சுவையான இனிப்பு நீராக மாற்றி பத்திரமான ஓட்டுக்குள் சுகாதாரமாக தலையால் நமக்கு அளிக்கும் இளநீரின் சிறப்பையும் சிறிது பார்ப்போம். அதில் உடல் ஆரோக்கியத்துக்குத் தேவை யான மாவுப் பொருள்கள் 16 சதவிகிதம், பொட்டாசியம், பிறகனிமச் சத்துகள் 40%, புரதம் 4%, கால்சியம் 17%ம் உள்ளன. காய்த்த ஏழாவது மாதத்தில்தான் அதில் சர்க்கரை (குளுகோஸ்) அதிகமாக இருக்கும். இளநீர் ஆரம்பத்திலேயே வெட்டப்படுவதால் சர்க்கரை அளவு குறைவாகவே இருக்கும். பல நோய் களுக்கு டாக்டர்கள் அதை ஒரு 'டானிக்'காகவே பருகச் சொல்கிறார்கள். கிருமிநாசினி என்பதால் காலரா கண்டவர்களுக்கும் தருகிறார்கள். சிறுநீர்ப் பிரிவதில் தொல்லை, சிறுநீரகத்தில் கற்கள் உடையவர்களுக்கும் மற்றும் வெக்கை நோய்களுக்கும் இயற்கை தரும் இந்த அமுதத்தைப் புறக்கணித்து நாம் செயற்கைப்பானங்களை நாடத்தான் வேண்டுமா?

— அ. ஷண்முகசுந்தரம்

T.S.S. NIDHI LTD.

ESTD 1973

THIRUMYLAI SASWATHA SAHAYA NIDHI LIMITED

Regd. Off.: 230, R.K. Mutt Road, Mylapore, Madras - 600 004 Ph.4942303/4943365

BRANCHES		
	THIRUVANMIYUR	: 112, Thiruvalluvar Salai, Kamaraj Nagar, Madras-41 Ph. 410058
	TONDIARPET	: 667, T.H.Road, Madras-81 Ph.5950472
	SAIDAPET	: 11, Jones Road, Madras, -15 Ph.4851468

FIXED DEPOSIT SCHEME

Period (Months)	12	24	36	60
Rate of Int. P.A.	17%	18%	19%	20%

KARPAGA VIRUTCHAM DEPOSIT SCHEME

(Re-Investment Plan) For Deposit of **Rs.1,000/-**

Period (Months)	12	24	36	45	67
Maturity Value Rs.	1190	1425	1760	2025	3025

SENIOR CITIZEN DEPOSIT SCHEME

Minimum Deposit **Rs.10,000/-**

Period **12 Months**

Interest payable Monthly **19.5%** p.a

Interest payable Annually **21%** p.a

(APPLICABLE FOR AGED PERSONS ABOVE 55 YEARS, PENSIONERS, HANDICAPPED, WIDOWS, REGD. EDUCATIONAL AND CHARITABLE ORGANISATIONS)

T.S.S. SPECIAL DEPOSIT SCHEME

For Deposit of Rs.10,000/-

Period (Months)	Maturity Value
120	Rs.66,000
180	Rs.1,82,000

RECURRING DEPOSIT SCHEME

MONTHLY DEPOSIT RS.100/-

Period in Months	12	24	36	48	60	72
Maturity Value Rs.	1310	2850	4650	6710	9050	11,580

SAVINGS DEPOSIT SCHEME 9% P.A.

BUSINESS HOURS

	Week Days		Sunday	Holiday
Regd. Office Mylapore	9.00 to 12.30	2.00 to 4.30	9.00 to 12.30	Friday
Branch Offices	9.00 to 12.30	2.00 to 4.30	9.00 to 12.30	Tuesday

HIGHLIGHTS

- Recognised as a NIDHI COMPANY by Central Government of India.
- Company is in 23rd year of service.
- Transaction with members only. (Rupees two only for membership)
- Premature repayment facility as per terms and conditions.
- Monthly interest Warrants would be despatched in advance for the year of Deposits.

LOANS

A) Jewel loans granted on Gold ornaments at Rs.300/- per gm. (Rs.2400/- per 8 gms.)

- No Ceiling
- No Charges
- No Interest Tax
- Recurring Deposit not required
- Your Jewels are insured at our cost.

B) Property Mortgage Loans granted on RD basis within Madras city limits.

P.S. SAMBASIVAM
Secretary

G.KUMARAVELU
Vice-President

K.R.V. RAMANI
President

தனாகர்ஷண எந்திரங்கள் / சக்கரங்கள்

சர்வசக்தி வாய்ந்த முறைபடி தயாரிக்கப்பட்ட இந்த எந்திரங்கள் தங்கள் இஷ்ட சித்தியை உடன் பூர்த்தி செய்கின்றன. செல்வ சூழலை ஏற் படுத்துகின்றன. ஜோதிட ஆகம சாஸ்திர முறையில் தயாரிக்கப்படும் இந்த எந்திரங்கள்/சக்கரங்களுக்கு உலகளவில் பெரும் ஆதரவு ஏற் பட்டுள்ளது.

உங்கள் தேவைக்கு உடன் எழுதி பயன் பெறுங்கள்.

		ரக்ஷை ரூ.	எந்திரம் ரூ.
1.	திடீர் லாபம் குபேர தனாகர்ஷணம்	1000/-	1500/-
2.	வியாபாரம் ஜனாகர்ஷணம்	1000/-	1500/-
3.	திருமணம் ஸ்வயம்வரா	750/-	1250/-
4.	புத்ரபாக்யம் சந்தான கோபாலம்	750/-	1250/-
5.	கல்வி அபிவிருத்தி வாகீஸ்வரி	750/-	1500/-
6.	சத்ரு உபாதை நிவர்த்தி மகாசூலினி	750/-	1500/-
7.	நோய,திருஷ்டி தோஷ நிவர்த்தி தன்வந்திரி	·750/-	1500/-
8.	அதிகாரி வச்யம் ப்ரத்யங்கிரா	1000/-	1500/-
9.	ஸகல க்ஷேம அபிவிருத்தி மகா சுதர்சனம்	750/-	1500/-
10.	மஹாலக்ஷ்மி ஸ்ரீ சக்ர டாலர்	200/-	1500/-



தங்கள் பெயர், நக்ஷத்திரம் தெளிவான விலாசத்துடன் MO/DD SWAYAMVARALAYA (ஸ்வயம்வராலயா) பெயரில் சென்னையில் கிடைக்கக் கூடியதாக அனுப்புதல் வேண்டும். வெளிநாட்டு அன்பர்கள் 100% கூடுதல் தொகை அனுப்பி பெற்றுக் கொள்ளவும். அதிகச் சக்தி வாய்ந்த (SUPER POTENCY) ... தெரிந்து கொள்ளவும்

ஸ்வயம்வராலயா (GOVT.REGD)

18, ஸ்டேஷன் ரோடு, மேற்கு மாம்பலம், சென்னை – 33. போன் : 425822,4848427

CONSULT DIVINE ASTROLOGER THETIYUR V MAHADEVAN WITH PRIOR APPOINTMENT

NATIONAL COUNCIL FOR LABOUR MANAGEMENT

NOTIFICATION No. 9/96

Offers the following Diploma Courses by Correspondence.

BUSINESS MANAGEMENT	(1 Year)
FINANCIAL MANAGEMENT	(1 Year)
MARKETING MANAGEMENT	(1 Year)
HUMAN RESOURCES DEVELOPMENT	(1 Year)
ADVERTISING & PUBLIC RELATIONS	(1 Year)
TOTAL QUALITY MANAGEMENT & ISO 9000	(1 Year)
QUALITY CONTROL & RELIABILITY	(1 Year)
BUSINESS ADMINISTRATION	(6 Months)
OFFICE ADMINISTRATION	(6 Months)
SALES & MARKETING	(6 Months)
INDUSTRIAL RELATIONS & PERSONNEL MGMT.	(6 Months)
LABOUR LAWS	(6 Months)
QUALITY ASSURANCE & ISO 9000	(6 Months)
PRODUCTION MANAGEMENT	(6 Months)
INDUSTRIAL SAFETY	(6 Months)
ENVIRONMENTAL MANAGEMENT	(6 Months)
RESEARCH & DEVELOPMENT	(6 Months)

No formal qualifications is required. Course Fee Rs. 1200/- (1 Year) & Rs. 600/- (6 Months). Examination centre at all major cities. For registration form and prospectus, kindly send Rs. 3/- postal stamp to **NATIONAL COUNCIL FOR LABOUR MANAGEMENT** 23/13, Rameswaram Road, Narayana Apartments, Second Floor, T. Nagar, Madras - 600 017. Phone : 044-4851854 Fax : 044-4933259.

மைத்ரீம் பஜத!

தவசீலர் ஸ்ரீ பரமாச்சாரியார் எப்படியெல்லாம் அருளாளராக வாழ்ந்தார் என்பதைப் பல்வேறு நிகழ்ச்சிகள் மூலம் கூறுபவர் ரா. கணபதி.

பக்கங்கள் : 224 விலை ரூ. 20.00

கருணைக் காஞ்சி கனகதாரை!

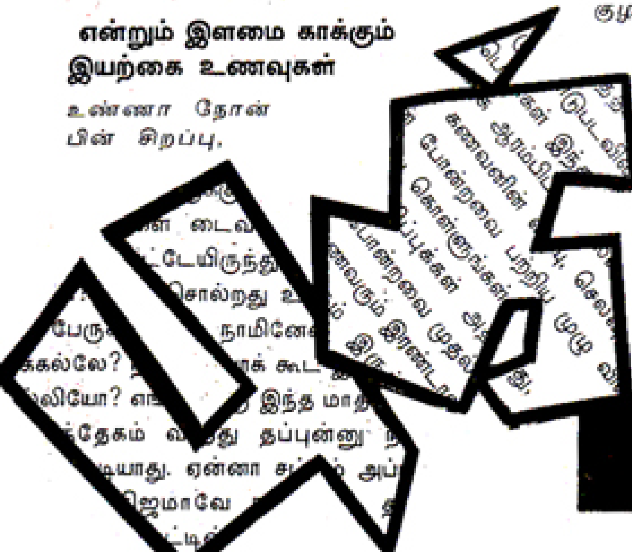
ஞானக் கனகதாரையாக பிரத்யக்ஷமாக வாழ்ந்த ஸ்ரீ பரமாச்சாரியாரைப் பற்றிய பல்வேறு அனுபவங்கள். ஆசிரியர் : ரா. கணபதி.

பக்கங்கள் : 205 விலை ரூ. 20.00

(இரண்டும் - திவ்ய வித்யா பதிப்பகம், 106/1, ஹபிபுல்லா சாலை, தி. நகர், சென்னை - 600 017.)

என்றும் இளமை காக்கும் இயற்கை உணவுகள்

உண்ணா நோன்பின் சிறப்பு,



தேனின் பயன், இளமை குறையாமலிருக்க என்ன நிறையத் தெரிந்து கொள்ள வேண்டிய செய்திகளைச் சொல்லியிருப்பவர் டாக்டர் சி.கே. மாணிக்கவாசகம்.

பக்கங்கள் : 240 விலை ரூ. 36.00

(நர்மதா பதிப்பகம், 16/7, ராஜா பாதர் தெரு, பாண்டி பஜார், தி. நகர், சென்னை - 17.)

நெஞ்சிலிட்ட கோலமெல்லாம்....

இளம் எழுத்தாளர் ப்ரீதி எழுதிய குறுநாவல்கள். நட்பின் வட்டம் பற்றிச் சொல்லியிருக்கிறார்.

பக்கங்கள் : 260 விலை ரூ. 49.00

அறிவை வளர்க்கும் படப்புதிர்கள்

சிறுவர்களுக்குப் பொழுதுபோகச் சுவையான நூல். ஆசிரியர் மு. அப்பாஸ் மந்திரி.

பக்கங்கள் : 140 விலை ரூ. 26.00

(இரண்டும் - மணிமேகலைப் பிரசுரம், த.பெ. எண் - 1447, 4, தணிகாசலம் சாலை, தி.நகர், சென்னை - 17)

சுபஸ்ரீயின் சிறுகதைகள்

எழுத்துலகில் பல்லாண்டு காலம் அனுபவம் பெற்ற சுபஸ்ரீயின் சிறுகதைத் தொகுப்பு. நிகழ்கால மனித உறவுகளைச் சிறுகதையாக்கியுள்ளார்.

பக்கங்கள் : 208 விலை ரூ. 35.00

(சுப ஸ்ரீப்ரியா பதிப்பகம், 1151 (மாடி) ராச கோபாலபுரம் வீட்டு வசதி வாரியம், புதுக்கோட்டை - 622 003.)

சிந்திக்க வைக்கும் கதைகள்

குழந்தைகளுக்காகச் சிறுகதைகள் தந்திருப்பவர் செல்வமுத்து.

பக்கங்கள் : 216 விலை ரூ. 40.00

மல்லிகைப் பூவாய் மாறிவிட ஆசை

ராஜேஷ்குமார் அவருக்கே உரிய பாணியில் விறுவிறுப்பான திருப்பங்களுடன் எழுதியுள்ள சஸ்பென்ஸ் குறுநாவல்கள்.

பக்கங்கள் : 232 விலை ரூ. 43.00

(இரண்டும் - பழனி நிலையம், 11, டி.டி.கே. சாலை, இராயப்பேட்டை, சென்னை - 14.)

ஷெல்ஃப்

காது கேளாத குழந்தைகளுக்கு பேச்சுப் பயிற்சி

பாதிக்கப்பட்ட பெற்றோர்களுக்கு மிகவும் பயனுள்ள நூல். ஆசிரியர் ஜான் முருக செல்வம், ஜாய்ஸ் முருகசெல்வம்.

பக்கங்கள் : 146 விலை ரூ. 30.00

இளங் குற்றவாளிகள்

குழந்தைகளை வளர்க்கும்போது எவ்வளவு ஜாக்கிரதையாக இருக்க வேண்டும் எனச் சொல்பவர் ஜான் முருகசெல்வம்.

பக்கங்கள் : 156 விலை ரூ. 30.00

(இரண்டும் - பூங்கொடி பதிப்பகம், 14, சித்திரைக்குளம் மேற்கு வீதி, மயிலாப்பூர், சென்னை - 4.)

மேடையில் பேசலாம் வாருங்கள்

தன்னம்பிக்கை யோசனைகளைத் தருபவர் அறந்தை நாராயணன்.

பக்கங்கள் : 88 விலை ரூ. 14.00

எவளுக்கும் தாயாக!

ஈழத்துச் சிறுகதை முன்னணி எழுத்தாளர்களில் ஒருவரான எஸ். அகத்தியர் எழுதிய சிறுகதைகள். இவர் காட்டும் வாழ்க்கை அவலங்கள் மனதை நிரடுகின்றன.

பக்கங்கள் : 130 விலை ரூ. 22.00

(இரண்டும் - நியூ செஞ்சுரி புக் ஹவுஸ் பிரைவேட் லிமிடெட், 41-பி, சிட்கோ இண்டஸ்ட்ரியல் எஸ்டேட், சென்னை - 98.)

பொன்விழா ஆண்டுச் சிறுகதைக் களஞ்சியம்

மூத்த எழுத்தாளர் விக்கிரமனின் எழுத்துலகப் பொன்விழா ஆண்டினை ஒட்டி வெளியிடப்பட்டுள்ள சிறுகதைத் தொகுப்பு.

பக்கங்கள் : 564 விலை ரூ. 100.00

(விக்கிரமன் பதிப்பகம், 2, ஜயசங்கர் தெரு, மேற்கு மாம்பலம், சென்னை - 33.)

முயற்சியும் தகுதியும்

வாழ்க்கையில் முன்னேறுவதற்கான வழிகளைச் சொல்பவர் பி.சி. கணேசன்.

பக்கங்கள் : 100 விலை ரூ. 16.00

கணையாழியின் கனவு

அமரர் கல்கியின் சிறுகதைத் தொகுப்பு.

பக்கங்கள் : 336 விலை ரூ. 52.00

(இரண்டும் - வானதி பதிப்பகம், 13, தீனதயாளு தெரு, தி.நகர், சென்னை - 17.)

குழந்தைகளுக்கு சூட்ட அழகான தமிழ்ப் பெயர்கள்

தந்துள்ளவர். - நா. மணிமாறன்

பக்கங்கள் : 80 விலை ரூ. 12.00

ஏழ்மை விலக நோய்கள் நீங்க மந்திரங்கள்

எடுத்துக் கூறியுள்ளவர் ச. சாந்தி - முருகேஷ்

பக்கங்கள் : 80 விலை ரூ. 12.50

(இரண்டும் - கவிதா பப்ளிகேஷன், த.பெ. எண். 6123, 8, முத்துக்கிருஷ்ணன் தெரு, பாண்டி பஜார், தி. நகர், சென்னை - 17.)

மேல் நாட்டு சமையல் வகைகள்

சைனீஸ் நூடுல்ஸ், சூப், ஃபிஷ் ஃப்ரை எனப் பல செய்முறைகளைக் கூறுபவர் கே.பி. பழனிச்சாமி.

பக்கங்கள் : 144 விலை ரூ. 24.00

வட இந்திய திருத்தல சுற்றுலா

ஆக்ரா, பத்ரிநாத், லக்னோ எனப் பல ஸ்தலங்களுக்குப் போகும் முறை, சிறப்பு இவற்றை விவரிப்பவர் வெங்கட்ரமணன்.

பக்கங்கள் : 280 விலை ரூ. 40.00

(இரண்டும் - நர்மதா பதிப்பகம், 16/7, ராஜா பாதர் தெரு, பாண்டி பஜார், தி.நகர், சென்னை - 17.)

ஒன்றிய உள்ளங்கள்

உமா சந்திரனின் நாவல். இன்றைய நாகரீகப் பண்பாடுகளின் முரண்பாட்டினையும், குடும்ப உறவுகளின் இனிமைகளையும் எடுத்துரைக்கிறார்.

பக்கங்கள் : 459 விலை ரூ. 72.00

(கங்கை புத்தக நிலையம், 13, தீனதயாளு தெரு, தி.நகர், சென்னை - 17.)

கூழ் வடாம் இரண்டு கப் வறுத்து வைத்துக் கொள்ளுங்கள். வெங்காயம், பூண்டு, மிளகாய், இஞ்சி, தக்காளி இவற்றை எண்ணெயில் நன்றாக வதக்கி மிக்ஸியில் அரைத்து எடுத்து வைத்துள்ள வடாத்தை இதில் போட்டு ஊற வைத்து கொத்துமல்லியைப் போட்டு விடுங்கள். அடடா! அதன் டேஸ்ட் சாப்பிட்ட குழந்தைகளுக்குத்தான் தெரியும்.

- எஸ். விஜயா



செக்யூரிட்டி இருக்கா ?

டெபாஸிட்தாரர்களின் இந்த புத்திசாலித்தனமான கேள்வியை நாங்கள் எப்போதும் வரவேற்கிறோம். இதுபுத்திசாலித்தனமான கேள்விமட்டுமல்ல, நியாயமானதும் கூட.

விசுதா ஃபைனான்ஸில், டெபாஸிட்டுகளுக்கு
சட்டபூர்வமாக செல்லுபடியாகும் கியாரண்டி
அளிக்கிறோம் என்பதை எங்கள் வாடிக்கையாளர்களுக்கு மகிழ்ச்சியுடனும் பெருமையுடனும் தெரிவிக்கிறோம்.

இதை விட வேறு என்ன வேண்டும் ?

ஓ... 24% வட்டி..., கவர்ச்சிகரமான ஊக்கத்தொகை, பின் தேதியிட்ட காசோலைகள்... இவையெல்லாம் எப்போதும் போலவே.

Contrast/110/4796

ஞாயிறு தோறும் காலை 10 மணி முதல் 1 மணி வரை அலுவலகம் இயங்கும்

VISU GROUP
The Right Decision

Visudha
ஃபைனான்ஸ் அண்டு இன்வெஸ்ட்மென்ட்ஸ்

❑ 3/5பகல்லா ரோடு, **தி. நகர்**, சென்னை–17. ✆ 8234211, 8241811, 8241813. ❑ 758, **அண்ணா சாலை**, "பவுண்ட் சேம்பர்ஸ்", சென்னை–2. ✆ 8524695, 8551762, டெலிஃபேக்ஸ் 8551762. ❑ 139, ராயப்பேட்டை நெடுஞ்சாலை, லஸ் கார்னர், **மயிலாப்பூர்**, சென்னை–4. ✆ 8557016. ❑ எண் 38,A, ராஜாஜி தெரு, (ஹெர்குலஸ் ஹோட்டல் அருகில்) **மேற்கு தாம்பரம்**, சென்னை–45. ✆ 2367565. ❑ பிளாட் எண் 3, 26-ஏ ராம் நகர், கிருஷ்ணா டேங்க், முதல் மெயின் தெரு, (குருவாயூரப்பன் கோயில் அருகில்) **நங்கநல்லூர்**, சென்னை–61.

கிளை அலுவலகங்கள் : பெங்களூர் 56, ரெசிடென்சி ரோடு (201) சென்ட்ரபாயின்ட் (கேலக்ஸி தியேட்டர் அருகில்) பெங்களூர்–25. ✆ 5550755, 5550567. ❑ 69, 14வது கிராஸ், முதல் பிளாக், ஆர்.டி. நகர், பெங்களூர்–32. ✆ 3330775. **கோயம்புத்தூர்** ஆர்.பி. சென்டர், என்.எஸ். ஆர். ரோடு, (சாய்பாபா மிஷன்) (P.O) கோயம்புத்தூர்–11. ✆ 446595, பேக்ஸ் 432063. **திருச்சி** 19–டி, வார்னர்ஸ் ரோடு, திருச்சி–1. ✆ 466048, 463322 டெலி/பேக்ஸ் 463312. **பாண்டிச்சேரி** 232, அண்ணா சாலை, பாண்டிச்சேரி–1. ✆ 37625. **நெய்வேலி** 204, [illegible], நெய்வேலி. ✆ 52444. **கடலூர்** 38, எஸ்.பி.கி. காம்ப்ளக்ஸ், கடலூர்–1. ✆ 30810. ஃபேக்ஸ் 31121. **கரூர்** 21இ, எஸ்.பி.பி. காம்ப்ளக்ஸ், கோவை ரோடு, கரூர்–2. **ஊட்டி** புளூ மவுண்ட் ஸ்கூல் ரோடு, ஊட்டி. ✆ 44870. **காரைக்குடி** 7, ஆர்.எம். நிலையம், அருணாசலம் செட்டியார் தெரு, (பெரியார் சிலை அருகில்) காரைக்குடி–1. **சேலம்** என்.வி. ஆர்கேட், 5/259ஏ, நாராயணன் தெரு, ஜங்சன் ரோடு, சேலம். ✆ 445365. **பம்பாய்** 71/C, கிழக்கு (இந்தியன் வங்கிக்கு மேல்) முதல் மாடி, என்.ஜி. ஆச்சார்ய மார்க், செம்பூர், பம்பாய்–71. ✆ 5550172, 5550054, 5584858.

உங்கள் டெபாஸிட்டுக்கான காசோலைகளை கீழ்காணும் ஏஜென்டுகளிடமும் செலுத்தலாம்

திருவான்மியூர்: V. [illegible], 14, 2வது கிழக்கு தெரு, காமராஜ் நகர், சென்னை–41. ✆ 415867/417160. **கீழ்ப்பாக்கம்**: P.V. [illegible] & Co., 239, 2வது மாடி, 5வது குறுக்கு தெரு, T.P. சத்திரம், சென்னை–10. ✆ 615557/613551. **அசோக் நகர்**: Dr. [illegible], 28, மாடி, 53வது தெரு, 9வது அவென்யூ, சென்னை–83. ✆ 4825995. **அடையாறு**: M. [illegible], 20/2, [illegible] ரோடு, சென்னை–20. ✆ 417022.

__வெளியூர் ஏஜென்ட்__ : A. [illegible], [illegible], ✆ 6278. **சத்தியமங்கலம்**: T.K. ராஜேந்திரன், ✆ 21239. **மேட்டுப்பாளையம்**: K.M. [illegible] ✆ 322569. **திருத்துறைப்பூண்டி**: S. [illegible] ✆ 33468. **விருதுநகர்**: N. ராமராஜ் ✆ 42544. **விருத்தாசலம்**: S. [illegible] ✆ 68008. **திருப்பூர்**: T. [illegible] ✆ 27182.

இருபது ஆண்டு பாரம்பரியம் மிக்க நிறுவனம்

நாளுக்கு நாள் மதிப்பு கூடுவது வீடு மற்றும் நிலம் தான் என்று நினைத்தேன்.

HHPL - இல் முதலீடு செய்தபின் எனக்கும்தான் என்று உணர்ந்தேன்!



வீடுகளுக்கான , தேவை நாளுக்கு நாள் அதிகரித்துக்கொண்டு வருவது ஒரு நிதர்சமான உண்மை. இதற்கான பணஉதவி பெறும் மக்களின் எண்ணிக்கையும் அதிகரித்துகொண்டே போகிறது. அதனால் தான் வீட்டுக்கடனுதவி அளிக்கும் நிறுவனங்கள் வேகமான வளர்ச்சியை காண்பது மட்டுமல்லாமல், சிறந்த இலாபத்திற்கான வாய்ப்பையும் பெற்றுள்ளன.

HHPL இந்த செழிப்பான துறையில் ஈடுபட்டிருப்பதால் நான் அவர்களிடம் முதலீடு செய்தேன். நான் செய்த முதலீட்டிற்கு குறிப்பிட்டுள்ள வட்டித் தொகையை எனக்கு ஈட்டிக்கொடுப்பது மட்டுமல்லாமல் உறுதியான பாதுகாப்பும் அளிக்கிறார்கள்.

ஆகவே, என் குடும்பத்திற்கு அதிக வருவாய் பெற்றுக்கொடுப்பது மட்டுமல்லாமல் ஒரு விவேகமான முதலீட்டை செய்திருப்பதால் என் மதிப்பும் நாளுக்கு நாள் கூடுகிறது.

DEPOSITS *For a* **SECURE FUTURE**

HH

HAPPY HOME PROFIN LTD.

Home is where your heart is.

Corp. Office: Vasanth Apartments, Suite A1, 75 Sir. C.P. Ramaswamy Road, Abhiramapuram, Madras 600 018. Ph: 4970175, 4970176. Fax: 4997297..
Bangalore : # 304 "A" Wing, Mittal towers, 47/6 (New No.21) M.G.Road, Bangalore 560 001. Ph: 5580941

சாதிக்க விரும்புகிறோம்!

“புடைவை கட்டும் பெண்களுக்கு ரவிக்கைகள் அமைவது எப்படி பிரச்னையாக இருக்கிறதோ அதேபோலத்தான் உள் பாவாடையும். நிறைய காசு கொடுத்துத்தான் வாங்குவோம். ஆனாலும் சுருங்கிப் போகும். ஆறு பார்ட் வெச்சுத் தைத்தது என்பார்கள். ஆனாலும் சுற்றளவு பத்தாது. தடுக்கும். உட்காரும்போது கஷ்டமாக இருக்கும். குறிப்பா என் குடும்பத்துப் பெண்களில் பலர் நல்ல உயரம். அவர்களுக்கெல்லாம் கடைகளில் உள் பாவாடையே கிடைக்காது.

இதையெல்லாம் பார்த்துப் பார்த்துத்தான் நாமே தைக்க ஆரம்பித்தால் என்ன என மூன்று மெஷின்களோடு இந்தத் தொழிலை ஆரம்பித்தோம்...” என்கிறார்கள் உறவினர்களான சசிகலா ஜெயப்பிரகாஷும், பத்மஸ்ரீயும். ‘ஸ்டிச் இன் நியூ எண்டர்பிரைசஸ்’ எனும் பெயருடன் வீட்டிலேயே ஆரம்பித்துச் செய்ய தோழிகளிடையே நல்ல வரவேற்பாம்.





“ஒவ்வொரு துணியும், நூலும் நாங்களேதான் பார்த்துப் பார்த்து வாங்குகிறோம். கடைகளில் கிடைக்கும் உள் பாவாடைகளில் என்னென்ன குறைபாடுகள் எனப் பார்த்து அதையெல்லாம் தவிர்த்தோம். உள்ளே போய் விடாத நாடா, ஓபன் பகுதியில் ‘ஜிப்’, கீழே அகலமாக நடந்தால் தடுக்காத வகையில கட்டிங், பாவாடை ஓரங்களில் ஓவர்லாக் எனப் பல புதுமைகளைச் செய்ததால் ஒரு தடவை வாங்கிப் போனவர்கள் தொடர்ந்து வாங்க ஆரம்பித்தார்கள்.

இதை நாங்கள் ஒன்றும் கமர்ஷியலாகச் செய்யவில்லை. குடும்பத் தலைவிகளான எங்களுக்கு இப்படி ஒன்றைச் செய்கிறோம் என்பதே மனத்திருப்தியைக் கொடுக்கிறது. குழந்தைகள் ஸ்கூலுக்குப் போன பிறகு கேபிள் டி.வி. பார்த்துக் கொண்டோ, மற்றவர்களுடன் பேசிக் கொண்டோ பொழுதைக் கழிக்காமல் எதையாவது சாதிக்க விரும்பினோம்!

உங்கள் மங்கையர் மலரிலேயே வருவது போல நிறைய பெண்கள் பெரிய பெரிய கடைகள் எல்லாம் வைத்துச் செய்கிறார்கள். அதோடு ஒப்பிடும் போது எங்களுடையது மிகச் சிறியது. ஆனால் எங்களைப் போன்ற பல பெண்கள் அவரவர் ‘ஏரியா’வில் சிறிய அளவில் எத்தனையோ விஷயங்களைச் செய்யலாம் என்பதற்காகத்தான் சொன்னோம்!”

என்கிறார்கள் சைதாப்பேட்டை இளையாழ்வார் கோவில் தெரு ஒன்பதாம் நெம்பர் வீட்டில் அமைதியாக இப்பணியினைச் செய்துகொண்டிருக்கும் சசிகலாவும், பத்மஸ்ரீயும்.

பேட்டி, படம்: **ஜி. சுரேஷ்**

ஆறப் போட்டிருந்த எலுமிச்சை சாதத்தை பரபரவென்று டப்பாவில் வைத்து அடைத்தாள். இன்னும் தலை பின்னிக் கொள்ள வேண்டும், புடவை மாற்ற வேண்டும். அடிக்கொருதரம் கடிகாரத்தை கண்கள் தேடி ஓடிக் கொண்டேயிருக்க கண்களை சுழற்றினாள் நாலாபக்கமும்.

மீதிப் பாலைக் காய்ச்சி, ஆறவைத்து ப்ரிஜ்ஜில் வைக்கணும். ஸ்ரீராமிற்காக ஜூஸ் ரெடி பண்ணியாக வேண்டும். பாக்கி வேலை பூரா உயிரை வாங்கறீங்க? ம்! முடியலேன்னா குழந்தை, குட்டின்னு வீட்டோட இருந்து தொலைக்கறதுதானே. சீவி, சிங்காரிச்சுகிட்டு கிளம்பிடுவீங்க!"

இப்படி சிடுசிடுக்கும் போது எத்தனை பெண்கள் உள்ளுக்குள் அப்பளமாக நொறுங்குகிறார்களோ?

தட்டை போட்டு விட்டு டேபிளை சுத்தப் படுத்தினாள். தலையை இரண்டு வாரு வாரி 'க்ளிப்'பை மாட்டினாள். சட்டென்று ஞாபகம்

அவங்க எல்லோரும்



முடிச்சாச்சு. மூளை பரபரவென்று கணக்கெடுத்தது.

"ச்ஸ்! நேத்தைக்கே ஜன்னல் மூட மறந்து போச்சு. பூனை வந்து கழுத்தறுக்கும்!" - புலம்பியபடியே பட்டென்று ஜன்னலை மூடி கொக்கியை மாட்டினாள்.

"வச்சு! மோர் கொண்டா!"

கணவனின் குரல். ரெடி பண்ணி வைத்திருந்த டப்பாவோடு மோர் பாத்திரத்தையும் தூக்கிக் கொண்டு ஓடினாள்.

"ப! பிசைஞ்சு. எப்பப் பாரு பேப்பர், புக்கைல. மணியாயிடுத்து எனக்கு."

"மெள்ள... மெள்ள தலையலயே கொட்டிட்டு போயிடாதே. ஊறுகாய் கொண்டா!"

பேப்பரை விடடு தலையை நகர்த்தாமலேயே கேட்ட கணேசனைப் பார்க்க ஆத்திரமும், அழுகையுமாக வந்தது வத்சலாவிற்கு.

எதிரில் உட்கார்ந்திருக்கும் ஊறுகாய் கிண்ணம் கண்ணுக்குத் தெரியவில்லை.

"ம்! போடேன் சீக்கிரம். டிராபிக்ல மாட்டிக்கணும் நானே. உனக்கென்ன?"

"ஏன்? எனக்கு ஆபீஸுக்குப் போக வேண்டாமா?"

"நீ யாரும்மா! உங்களுக்கெல்லாம் என்ன? அலாரமணி லேட்டா போனாக் கூட கவலை இல்லையாது புடவையைப் பார்த்தா எவனும் வாயைத் திறக்க மாட்டான். எங்களை மாதிரியா. சூடுறு நிமிஷம் லேட்டாச்சுன்னா மூணு நாள் வரை டோஸ் வாங்கணும்!"

சாப்பிட்டு முடித்துத் தட்டிலேயே கை யைக் கழுவி விட்டு கணேசன் எழுந்து கொண்டான்.

தட்டை எடுத்தாள். இவா எல்லோருக்கெல்லாம் வேலைக்குப் போகும் பெண்கள் இளக்காரம். 'ஜோக்' அடிப்பதற்கான ஒரு சப்ஜெக்ட். வீட்டில் இப்படி இளக்காரப் பேச்சு. ஆபீஸில் அவளை எதிர்நோக்கும் மானேஜர்.

"ஏம்மா! இப்படி லேட்டா வந்து எங்க

வந்தது. ஓ! பால்...

கிச்சனை நோக்கி ஓடுவதற்குள் அது பொங்கி வழிந்து கொண்டிருக்க படபடப்பு அதிகமானது. 'குப்'பென்று வியர்வை பொங்க, கேஸை அணைத்தாள்.

ப்ரஷர் ஏறியிருக்க வேண்டும். எழுந்ததிலிருந்தே லேசாக தலைசுற்றுகிறது. பைப்பைத் திறந்து முகத்தில் ஜில்லென்று தண்ணீரை அடித்துக் கொண்டாள். பெரிய பாத்திரத்தில் தண்ணீரைப் பிடித்து அதனுள் பாலை வைத்தாள். ஆறுவதற்குள் மீதியை முடித்து விடலாம்.

புடவையை அவசர அவசரமாக சுற்றிக் கொள்ளும் போது கணேசனின் குரல் கேட்டது.

"வச்சு! வரேன். சீக்கிரம் கிளம்பு. பதினெட்டுஏ போயிடுவான்" அடுத்த நிமிடம்

ஸ்கூட்டர் கிளம்பும் சப்தம் கேட்டது. போய் விட்டான்.

ஹேண்ட் பாக்கை எடுத்து மாட்டிக் கொண்டே பாலை எடுத்து ப்ரிஜ்ஜில் வைத்து பூட்டினாள்.

"சார்! போஸ்ட்" சப்தம் கேட்டது.

கதவுக்கடியிலிருந்து உள்ளே வந்திருந்த கார்டை எடுத்துக் கொண்டு கதவைப் பூட்டினாள்.

ஓ! டிபன் பாக்ஸ்! கிச்சன்லேயே கிடக்கு. சத்! தொலைகிறது போவென்று சாவியை பர்ஸில் பத்திரப்படுத்திக் கொண்டாள். ஸ்ரீராம், ஸ்ரீப்ரியா இருவரிடமும் சாவி இருக்கிறது.

நடந்து கொண்டே வந்திருந்த கார்டைப் நோக்கி விறுவிறுவென்று ஓடினாள் வத்சலா.

"இங்க பாருங்க. வைகை வண்டியிலே உங்க அத்தை வராங்களாம். லெட்டர் வந்திருக்கு, இன்னிக்குதான். ஸ்டேஷன் போன் பண்ணி கேட்டேன். அரை மணி நேரம் லேட். போய் அழைச்சுட்டு வந்துடுங்க."

போனில் கத்தினாள் வத்சலா.

கணேசன் மறுமுனையில் 'சத்' கொட்டுவது ஸ்பஷ்டமாகக் காதில் விழுந்தது.

"வத்சலா! இப்படி பண்ணேன். ஒரு ஆஃப் அடிச்சுட்டு போயி நீயே அழைச்சுட்டு நேர வீட்டுக்குப் போயிடு. ஏன்னா, நான் வெளில கிளம்பறம்மா. நம்ம ஹெட்கிளார்க் மூர்த்தியோட பொண்ணுக்கு கல்யாணமில்லை? பிரசன்டேஷன் வாங்க கிளம்பறோம். கொஞ்சம் லேட்டாகும் வீட்டுக்கு வர. என்ன? அத்தைகிட்டே சொல்லு. போய் பிக்-அப் பண்ணிடு என்ன? வழி தெரியாது பாவம்..."

போன் மறுமுனையில் வைக்கப்பட தவித்துப் போனாள் வத்சலா. கையிலிருக்கும் வேலையை முடித்துக் கொடுத்து விட்டு லன்ச் அவருக்கு மேல் கிளம்ப வேண்டும் லீவு சொல்லி விட்டு. காலையில் அவசர அவசரமாய் உட்கார்ந்து சாப்பிட நேரமில்லாமல் கரைத்துக் குடித்து விட்டு வந்த ரசமும், சாதமும் எப்போதோ செரித்துப் போயிருக்க, காலி வயிறு தலைவலியைக் கிளப்பியிருந்தது.

தன்னைத் தாண்டிப் போகும் ப்யூனிடம் ஒரு காப்பிக்கு சொல்லிவிட்டு பைலை புரட்டினாள் வேகமாய்.



அலாரம் அடித்தது! பட்டென்று பழக்கப்பட்ட உணர்வுகள் விழித்துக் கொண்டு பரபரக்க உடம்பு அதற்கு ஈடுகொடுக்க முடியாமல் படுக்கையிலேயே கிடந்தது. தலையெல்லாம் நல்ல பாரம்! கை, கால்கள் அடித்துப்

புரிஞ்சிட்டாங்க...

உமாகுமார்

படித்தாள். மதுரையிலிருந்து அத்தை எழுதியிருந்ததைப் படிக்க, படிக்க படபடப்பு ஏறியது வத்சலாவிற்கு. அத்தை வருகிறாள் இன்று.

இந்த லெட்டர் ஐந்து நிமிடம் முன்னால் வரக் கூடாதா? எக்மோர் போய் அத்தையை அழைத்துக் கொண்டு வரும் வேலையை கணேசனிடம் ஒப்படைத்திருக்கலாம். வைகை எக்ஸ்பிரஸ் எத்தனை மணிக்கு வருகிறது? தெரிந்து கொள்ள வேண்டும் முதலில். மடமடவென்று பல யோசனைகளையும் மனத்தில் போட்டு குழப்பிக் கொண்டே பஸ் ஸ்டாண்டை போட்டாற்போல வலியில் துவண்டு போய் கிடக்க... மிகவும் கஷ்டப்பட்டு கண்களைத் திறந்தாள் வத்சலா. ஹரே! அஞ்சே கால் ஆயாச்சு. தலைதூக்கினாள் எழ! விர்ரென்று பம்பரமாய் சுற்றியது. அப்படியே இரண்டு கையாலும் தலையைப் பிடித்துக் கொண்டு சரிந்தாள்.

மிருதுவாய் ஒரு கை நெற்றியை வருட சிரமப்பட்டு இமைகளைப் பிரித்தாள். அத்தை!

"என்னாச்சம்மா? தலையைச் சுத்தறதா?"

"ஆமாத்தே. என்னவோ தெரியலை எழுந்

இருக்கவே முடியலை. கொஞ்சம் என் ஹேண்ட் பேக்ல ப்ரஷர் மாத்திரை இருக்கும். எடுத்துட்டு வாங்களேன். முழுங்கிட்டேன்னா கொஞ்சம் நார்மலுக்கு வந்துடும். ஸ்ரீராம் கராத்தே கிளாஸ்லேர்ந்து வந்துடுவான். பால் வாங்க பூத்துக்குப் போகணும். கூட்டமாயிடும்!"

புலம்பியவளின் வாயில் மாத்திரையைப் போட்டாள் அத்தை. "நாலைஞ்சு நாளா வந்ததுலேர்ந்து நானும் பார்த்துண்டேதான் இருக்கேன். போறும்! நீ வாயை மூடிண்டு பேசாம படுத்துக்கோ. படுக்கையை விட்டு நகரக் கூடாது. உடம்பு நார்மலாகற மட்டும் இந்த பாலு, தேனு எல்லாத்தையும் நான் பார்த்துக்கறேன்."

மென்மையாய் அதட்டிவிட்டு வலுக்கட்டாயமாய் வத்சலாவை படுக்க வைத்து பேனை சுழல விட்டாள். கதவை மூடிவிட்டு ஹாலுக்கு வந்தாள்.

பத்தே நிமிடத்தில் மார்னிங் வாக்கிலிருந்து கணேசன், கராத்தே கிளாஸிலிருந்து ஸ்ரீராம், யோகாவை முடித்துக் கொண்டு ஸ்ரீப்ரியா... மூவரும் ஒருவர் பின் ஒருவராய் உள்ளே நுழைந்தனர்.

'வத்சலா! காப்பி..." - குரல் கொடுத்து விட்டு புத்தம் புது பேப்பரை அலுங்காமல் பிரித்துக் கொண்டு சோபாவில் சரிந்தான் கணேசன்.

"அம்மா! பாலை என் ரூமுக்கே எடுத்துட்டு வந்துடும்மா. சிக்ஸ் தேர்ட்டிக்கெல்லாம் பாபு வந்துடுவான்."

அவனும் தன் ரூமிற்குள் நுழைந்து கொண்டான். அத்தை மௌனமாய் உட்கார்ந்து வேடிக்கையாய் பார்த்துக் கொண்டிருக்க, யோகாவிலிருந்து வந்த பெண் "குட்மார்னிங்ப்பா!" என்று சொல்லியபடியே நேரே போய் விட்டாள்.

அவளுக்கு இப்போது ஒரு தேவையும் இல்லை. ஏழரை மணிக்குப் பிறகு இயற்கை உணவு தயாராக இருக்க வேண்டும் டேபிளில். அதுதான் டிபனாம். தின்று விட்டு எட்டு மணிக்கெல்லாம் காலேஜ் கிளம்பி விடுவாள்.

வீடே அமைதியாய் இருந்தது.

வேண்டுமென்றே மௌனமாய் உட்கார்ந்திருந்தாள் அத்தை. பொறுமையிழந்தவனாய் கணேசன் கிச்சன் பக்கம் திரும்பிப் பார்த்தான்.

"அத்தை! என்ன பண்ணிட்டிருக்கா இன்னும்? காப்பியைக் குடிச்சுட்டு எனக்குக் குளிக்கப் போகணும். நீங்க காப்பி சாப்பிட்டாச்சா?"

கேட்டவனுக்கு உதட்டைப் பிதுக்கினாள்.

"பாலே இல்லையே... எங்கேயிருந்து காப்பி வரும்? போய் பால் பாக்கெட்டை வாங்கிண்டு வந்தா கிடைக்கும்!"

தூக்கி வாரிப் போட்டது கணேசனுக்கு.

"என்ன? இன்னும் பால் கூட வாங்கலையோ. என்னாச்சு இன்னைக்கு! வத்-சல-ா-ஆ!"

"உஷ்! கத்தாதே. தூங்கட்டும் அவ. எழுந்து போய் பால் வாங்கறதுக்கு முன்னால ஒரு நல்ல டாக்டரைக் கூட்டிட்டு வா. அவளுக்கு உடம்பு சரியில்லை!"

அத்தையின் குரல் கண்டிப்பாய் வர கணேசன் பரபரத்துப் போனான்.

"என்னாச்சு? திடீர்னு..." பதறியபடியே, "ஸ்ரீராம்! கம்ஹியர்" என்று பிள்ளைக்குக் குரல் கொடுத்தான்.

அடுத்த அரைமணி டாக்டரும், இன்ஜெக்ஷனும் மாத்திரையுமாக பரபரப்போடு கழிந்தது.

"ம்! ஆளுக்கொரு மூலையா எதுக்கு நிக்கறீங்க? நான் இருக்கேன், பார்த்துக்கறேன். நீங்கள்லாம் கிளம்புங்கோ. அவாவாளுக்கு வேணுங்கறதை வெளில சாப்பிட்டுக்கங்கோ. வேற வழி?" - அத்தை நிதானமாய் சொல்லி விட்டு வத்சலாவின் அருகில் போய் உட்கார்ந்தாள்.

சட்டென்று நினைவு வந்தவளாக திரும்பி ஹாலுக்குப் போனாள்.

"அப்பா... கணேசா எங்க உன் குழந்தேள்? - மூணு பேரும் இருக்கேளா. சொல்ல மறந்து போச்சு. நீங்கள்லாம் உங்களுக்கு வேணுங்கற

திடீர் விருந்தாளிகள் வந்த பொழுது, டிபன் தயாரிக்க, ரவை, கோதுமை மாவு, மைதா எல்லாம் காலி. ஆனால், அரிசி, ஜவ்வரிசி கலந்த வடாம் மாவு இருந்தது. இந்த மாவுடன் சிறிது மைதா, உப்புத் தூள், புளித்த மோர், மிளகுத்தூள், சீரகத் தூள் சேர்த்து, முதல்தரமான கரகர தோசை வார்த்து, நிலைமையைச் சமாளித்து பாராட்டும் பெற்றேன்.

- காந்தாமணி



ADMISSION OPEN

Join

INTERIOR DECORATION

CORRESPONDENCE COURSES

- Study in your own free time.
- No minimum qualification needed.
- Course fee payable in easy instalments.
- No need to buy costly books.
- Study material prepared by experts.
- Choice of Hindi medium also.

I suggested my Aunty some tips, and changes to be made. On doing so the room looked more spacious and airy. I was again and again praised for my work. Whatever credit I get, is due to 'AID' and its Course. – **Beena Das, Bombay.**

The lessons are complete with the illustrations and its language is very simple to understand. We don't have to refer any other books. – **Jolly J. Kachappilly, Thrissur, Kerala**

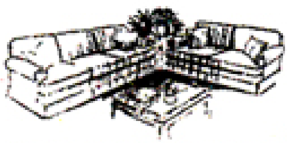
I have gained rich knowledge through your certificate course of Interior Decoration – **N. Vasanthi, Mambalam, Madras**

The illustrations in the respective booklets are very useful to understand the concept. The sketches are simple and easy to understand. Above all your response in sending the course material is prompt. – **Anitha A., Khammam (dt.), A.P.**

I used all the methods in my new house which was constructed 2-3 months back. My parents and my relatives also are very happy by seeing all the decoration in our new home. – **A. Sumangala Pai, Udupi, Karnataka**

I feel the course is very convenient as well as very useful – **Lavanya C.V., Bangalore**

Interior Decoration Course is quite interesting. In this course you come to know how to decorate your sweet home. – **Preeti S., Erode, Tamilnadu**



BURNA/671-S

For details send a self addressed envelope to :

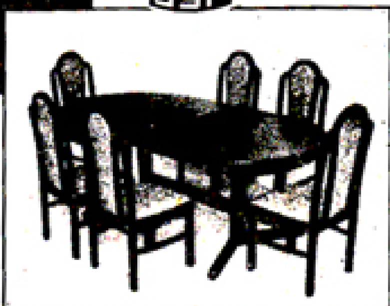
ACADEMY OF INTERIOR DECORATION
10A/14, SHAKTI NAGAR, DELHI-110007

MANUFACTURERS OF OFFICE & HOUSE HOLD WOODEN FURNITURE

Exclusive collection of

SSF

- SOFASETS
- DINING SETS
- DRESSING TABLES
- SPACE COVER DINING TABLE
- GLASS TOP CENTRAL TABLES



- SINGLE/DOUBLE COTS
- TV TROLLEYS/ CABINETS
- STEEL CUP BOARDS
- SOFA CUM BED
- WALL UNITS

All Credit Cards Accepted

All kinds of Quality Economical Wooden Furniture available

SSF

SRI SAI FURNITURE

No. 18, Royapettah High Road, (Opp: Pilot Theatre) Madras - 600 014.

☎ 8262931 / 8261630 / 8279071



வேர்க்குருவிற்கு விடுதலை

புலிமார்க் மோவா பவுடர்

- கோடை காலத்தில் உடம்பில் ஏற்படும் வேர்க்குருவைப் போக்குகிறது.
- கண்ணுக்குக் குளிர்ச்சியைத் தந்து அதனால் ஏற்படும் நோய்களைத் தடுக்கிறது.
- சரும வ்யாதிகளைப் போக்கி சருமத்தை மிளிரச் செய் கிறது.
- இதை சாதம் வடித்த கஞ்சியில் கலந்து உபயோகிப்பதால் பலன் அதிகம் கிடைக்கும்.
- இரசாயனக் கலவை இல்லாதது. எனவே பின்விளைவு களோ வேறு கெடுதல்களோ வராது.
- 50 ஆண்டு காலம் அனுபவம் பெற்றவர்களின் சிறந்த தயாரிப்பு புலிமார்க் மோவா பவுடர்.

* எங்களின் மற்றொரு புதிய சாஷே பாக்கெட்

Tiger Shikakai Powder

தயாரிப்பாளர் :

மயில் மார்க் நிலையம்,
சென்னை – 21.
போன் : 5956168





வீட்டு வரி, குடிநீர் வரி, மின்சாரக் கட்டணம், பால் கார்டு வாங்குதல் இவை போன்றவற்றிற்காக நாம் கிளம்பும்போதே சரியான சில்லறை எடுத்துச் செல்வதால் பல சங்கடங்களைத் தவிர்க்கலாம். வசூலிப்பவர் பணியும் இதனால் எளிதாகிறது. இந்த வகையான கட்டணங்கள் எவ்வளவு என்பது நமக்கு முன்கூட்டியே தெரிவித்து விடுவதாலும், நமக்கு சில்லறை சேர்க்கப் போதிய அவகாசம் இருக்கிறது.

— லெ. நா. சிவகுமார்.

●●●●●●●●●●●●●●●●●●●●●●●●●●●●

சாமான் அதாம்ப்பா கர்ச்சீப்பு, சீப்பு, மூஞ்சில உன் பொண் தடவிக்கற க்ரீம் டப்பா, ஸ்கூட்டர் சாவி, உங்க சாக்ஸ், ராத்திரி படிச்சுட்டு வச்ச புக்கு இதெல்லாம் பாவம் கொஞ்சம் தேடி. எடுத்துக்கங்கோ. உங்கம்மா இல்ல பாரு. அதான்!" – சொடுக்கி விட்டுப் போனான்.

இரவு மணி ஏழு!

டீ.வி.யில் கவியரங்கம். வாவ்! என்று கணேசனும், "என்ன போடு போடறாப்பா!" என்று ஸ்ரீப்ரியாவும் கைதட்டிக் கொண்டிருக்க, படித்துக் கொண்டிருந்த புத்தகத்தை கீழே வைத்து விட்டு கண்ணாடியைக் கழட்டினாள் அத்தை காத்திருந்தவள் போல.

"உங்கம்மாவும் ஒரு காலத்துல நிறைய கவிதை எழுதுவா தெரியுமா?"

அத்தை கேட்க டீவியை விட்டு விட்டு அத்தையின் அருகே வந்தாள் ப்ரியா.

"அம்மாவா? ரியலி... பெண்டாஸ்டிக். நம்பவே முடியலியே! ராம் கேட்டியா விஷயத்த..."

"ஆமா. நானே நிறைய படிச்சிருக்கேன். ஏன் பத்து, பதினைஞ்சு பிரசுரம் கூட ஆச்சு. ஏண்டா கணேசா?"

"ஹா! முன்னேல்லாம் எழுதிண்டிருந்தா."

ப்ரியா கண்ணை அகல விரித்தாள்.

"ஹரே! எங்களுக்குத் தெரியலை இன்னி வரைக்கும்."

"இப்பல்லாம் ஏன் எழுதறதில்லைன்னு கேட்டியா நீ?" – அத்தையின் நேரடிக் கேள்விக்கு பதில் சொல்ல முடியாமல் கணேசன் தடுமாறி நிற்க...

"நான் கேட்டேன். கவிதையைப் பத்தி பேச்சை எடுத்த உடனேயே அவ கண்ணு ரெண்டும் கலங்கினதையும் பார்த்தேன். ஒரே வரில பதில் சொன்னா...

'விழுந்தடிச்சுண்டு ஓடி, ஓடி எல்லாமே சிதறிப் போச்சுன்னா' அதுக்கு மேல அந்தப் பொண்ணை ஒண்ணும் கேட்கலை நான். ஆனா வந்ததுலேர்ந்து பார்த்துக்கிட்டிருக்கேன்."

"ம்! என்ன பண்றது அத்தை. போறும் சம்பாதிச்சது வேலையை விட்டுடுன்னாலும் மாட்டேங்கறா..." அலுத்துக் கொண்ட கணேசனை ஆச்சரியமாகப் பார்த்தாள் அத்தை.

"அவ ஏம்ப்பா வேலையை விடணும்! பதினேழு, பதினெட்டு வருஷ சர்வீஸ். சர்வசாதாரணமா சட்டைல ஒட்டிண்டிருக்கற தூசிய உதறிட்டு போறாப்புல சொல்றியே. நீ இப்ப உன் வேலையை விட்டுட்டு வருவியா?"

அத்தை எதிர் கேள்வி போட தடுமாறினான்.

"பிரச்சனைன்னா அதுக்கு முடிவு பொண்ணு தன் கேரியர், ஆசை, பிரமோஷன் இப்படி எதையும் நினைச்சு, பார்க்காம வேலைக்கு கால் கடுதாசு எழுதிக் கொடுத்துட்டு வீட்டுக்கு வந்துடணும். அப்படித்தானே? – இதுதான் ஒரே வழியா? வேற இல்லே...?"

அப்பா, பிள்ளை, பெண் மூவரும் ஒருவரையொருவர் பார்த்துக் கொண்டனர்.

"சரி... நான் கேட்கறதுக்கு பதில் சொல்லுங்கோ மூணு பேரும். கேஸ் நம்பர் என்ன? நம்ம வீட்டுதுதான், சொல்லுங்கோ? இந்த மாச எலெக்ட்ரிக் பில் எவ்வளவு வந்தது? யாருக்காவது தெரியுமா?" – அத்தை கேட்க மூவரும் உதட்டைப் பிதுக்கினர்.

"டெலிபோனுக்கு பில் கட்ட லாஸ்ட் டேட் எப்ப வந்திருக்கு? ம்! கிரைண்டர் ரிப்பேராகி கடைல கிடக்கு இருபது நாளா. எந்தக் கடைல தெரியுமா உங்களுக்கு? உங்கம்மா பத்து நாளா பிரஷர் ஏறிப் போயி டாக்டர் கிட்ட நாலு தடவை போயிட்டு வந்திருக்கா. யார் கிட்ட போயிண்டிருக்கா? அதுவாவது தெரிஞ்சிருக்கணுமே! ஏம்ப்பா! கணேசா உனக்குக் கூடவா தெரியலை?"

"அது வந்து அத்தை..." இழுத்தவனை தடுத்தாள்.

"போறும்ப்பா. எந்த சால்ஜாப்பும் எனக்கும் வேண்டாம். இத்தனையும் அவ ஒருத்தியே பண்ணிண்டிருக்கா. இதுக்கு மேல மளிகை சாமான் வாங்கறதுலேர்ந்து, காய்கறி வாங்கிட்டு வரதுலேர்ந்து கெஸ்ட்டை ரிஸீவ் பண்ண எக்மோர் வர மட்டும் பூரா. நானும் தெரியாமத்தான் கேட்கறேன் ஒரு பொண்ணு கிட்ட டேலண்ட் இருக்கு. இத்தனையும் சமாளிக்கறாங்கறதுக்காக, ஒண்டியாவே ஓட விட்டு வேடிக்கை பார்க்கணுமா?" ஒருத்தருக்கு மூணு பேர் இருக்கற வீட்ல அவ ஒருத்தியே மண்டைல அத்தனை டென்ஷனை வச்சுண்டு குழம்பறா.

இது போறாதுன்னு பதினெட்டு வயசு புள்ளைக்குக் கைல கொண்டு போய் ஜூஸ் நீட்டணும். பதினேழு வயசு பொண்ணுக்கு டீவி பார்க்கற இடத்துக்குக் கொண்டு போய் கொறிக்கறதுக்கு நீட்டணும் தட்டுல. ம்! உன் வயசுல எனக்குக் கல்யாணமாகி ஒரு குழந்தை ஆயிடுத்து தெரியுமா? ஆனா உனக்கு பருப்பு இருக்கற இடம் தெரியாது வீட்ல."

ப்ரியா பதில் சொல்ல முடியாமல் தலை குனிந்து கொண்டாள். "தலைகுனிஞ்சு பிரயோஜனமில்லம்மா. நிமிர்ந்து கிச்சனுக்கு போ."

"நா...னா" – ப்ரியா தடுமாறினாள்.

"பின்னே... பரதநாட்டியம் கத்துண்டா போதுமா? இன்னிலேர்ந்து ராத்திரி சமைக்கற வேலை உன்னது. அதோட காலை டிபன். எத்தனை மணிக்குக் காலேஜ் போகணும்?"

"எட்டு மணிக்கு அத்தை..."

"தாராளம்! கார்த்தால டிபன், இந்த ஜூஸ், பூஸ் விவகாரம் எல்லாம் உன் பொறுப்பு!"

ப்ரியா தலையாட்டினாள்.

"ஸ்ரீராமா! தினமும் கராத்தே கிளாசுக்குப் போற. அங்க போற இங்க போற. அதோட டெலிபோன் பில், எலெக்ட்ரிக் பில், அது இதுன்னு முக்கியமா கேஸ் சிலிண்டர் புக் பண்ணி வாங்கிட்டு வரது எல்லாம் உன் வேலை இன்னைலேர்ந்து. போக வர செய்துடலாம் நீ. படிப்பும் கெட்டுப் போகாதுப்பா. முடியுமா?" அத்தை கேட்க ஸ்ரீராம் ஓகே! என்று தோளைக் குலுக்கினான் பட்டென்று. மிஞ்சியிருப்பது தான் மட்டும்தான் என்று கணேசன் அத்தையைப் பார்க்க, அத்தையும் அவன் பக்கம் திரும்பினாள்.

"என்ன முழிக்கறே! நம்மளை விட்டுடுவான்னா... தினமும் காலைல வாக் போயிட்டு வரும் போது பால் பாக்கெட்டோட வரணும். அதோட காய்கறி வாங்கிட்டு வரது உன் டியூட்டி. மளிகை சாமான் பார்த்து வாங்கறது. வீட்டுக்கு, ஆபீஸுக்கு ப்ரசன்டேஷன் வாங்கறாப்புலதான். மாசம் ஒரு தடவை நீதான் பண்ணணும் பொறுப்பா. புரிஞ்சுதா? தலையாட்டினா போறாது."

மூவரும் அத்தையை ஆமோதித்துத் தலையாட்டினார்.

லேசாக புரண்டு படுத்தாள் வத்சலா.

"வத்சலா! எழுந்துரு. கார்த்தாலேர்ந்து வெறும் வயிறு. எழுந்து கொஞ்சம் சாப்பிட்டுட்டு படுத்துக்கோ. வா!"

"பாவம் அத்தை. உங்களை உட்கார வச்சு செய்யறேனோ இல்லையோ வேலை வாங்கிட்டேன். இந்த வயசுல எனக்கு சமைச்சு..."

கலங்கிய வத்சலாவைப் பார்த்துச் சிரித்தாள்.

"கவலைப்படாதே. நான் சமைக்கலை. நாள் முழுக்க வேணும்னே ஒண்ணும் பண்ணலை. எல்லாம் உன் பொண்ணு பண்ணியிருக்கா சாப்பிடு!"

வத்சலாவிற்கு தன் காதுகளையே நம்ப முடியவில்லை.

"என் பெண்ணா? ப்ரியாவா? ப்ரியாவா சமைச்சா!"

"ஆமா! ரசத்துல துளி உப்பு கூட. ஆனாலும் கமகமக்கறது. வெண்டைக்காயை கறுகடிச்சிட்டா. போகப் போக சரியாயிடும் அதுவும்!"

ஆசைபொங்க பெண்ணை ஏறிட்டாள் வத்சலா.

"யெஸ்ம்மா! இவ்வளவு டேலண்ட்டா இத்தனை வருஷமா தனியா நிர்வாகம் பண்ணிட்டே. இப்ப அதையெல்லாம் எங்களுக்கும் கத்துக் கொடுங்க. ஸ்ரீராம், நான், அப்பா எல்லாருமா சேர்ந்து உனக்கு நிறைய ஹெல்ப் பண்ணப் போறோம். எல்லா வீட்டு வேலையையும் செய்யப் போறோம். நீ மனசுல டென்ஷன் இல்லாம திரும்ப கவிதை எழுத ஆரம்பிக்கணும் என்ன! உடம்பைப் பார்த்துக்கணும்!"

கழுத்தை வளைத்துக் கட்டிக் கொண்டு ப்ரியா பேசிக் கொண்டே போக வத்சலா நன்றியோடு ஜன்னலருகில் நிற்கும் அத்தையைப் பார்த்தாள்.

"வத்சலா, அவங்கெல்லாம் புரிஞ்சுக்கிட்டாங்க. நீயும் அவங்களோட பொறுப்புணர்வைப் புரிஞ்சுக்கணும். உன்னைப் போலப் பெண்கள் முதல்லேந்தே கணவனை, குழந்தைகளை நயமா சொல்லிச் சொல்லி வீட்டுப் பொறுப்பை ஏத்துக்க வைக்கணும். அப்புறமா தும்பை விட்டு வாலைப் பிடிச்ச கதையா அவஸ்தைப்படறீங்க..."

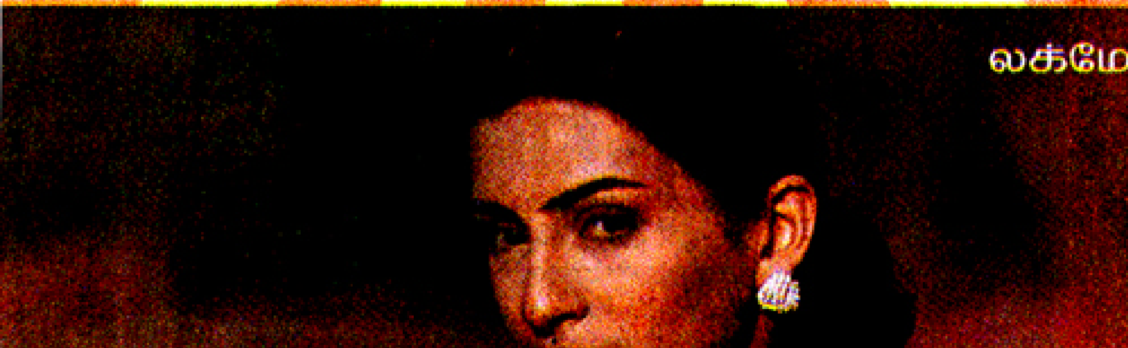
"உண்மைதான் அத்தை. அன்பான ஆதரவான குடும்பம்கறதை நாமதான் அமைச்சுக்கணும்..." ஆமோதித்தாள் வத்சலா.

வெயில் காலம். ஸ்குவாஷ், ஸிரப் செய்து ப்ரிட்ஜில் வைத்து பருகுவோம். அப்பொழுது நீர் கலக்கும் போது சிட்டிகை உப்பையும் சேர்த்து அந்தக் குளிர்பானத்தை சுவையுங்கள். ருசியோ! ருசி!

– லதா வெங்கடேஷ்



இவரை சந்தியுங்கள். சூரிய
கிரணங்கள் தன்னைத் தாக்குவதை
சற்றும் அறியாதவர்.




"அளவிட முடியாதது
ஆன்மீகம்!"
ஆன்மீகம்
ஆசிரியர்: ஸ்ரீவேணுகோபாலன்
காஞ்சிப் பெரியவரின் அருளாசியோடு...
தமிழ்ப் புத்தாண்டு முதல் விற்பனையாகிறது!
மகான்களின் வாழ்க்கை மகத்துவங்கள்!
ஞானம், பக்தி, கர்ம, ராஜயோக தத்துவங்கள்!
விற்பனையாகும் முதல் இதழில்.....
பாராயணம் செய்வதற்கேற்ற
★ ஷீர்டி மகராஜ் பாபாவின் கதை!
★ ஸ்ரீ சத்ய சாயிபாபாவின் அற்புதங்கள்!
கர்ப்ப ரக்ஷகாம்பிகை: (வண்ணப்படமும், ஸ்லோகமும்) பூஜைக்குரிய சுதர்ஸன சக்கரம்!
சிகாகோவில் விவேகானந்தர்
(இந்து மதத்துக்கு ஏற்படுத்திய மறு பிறப்பு!)
மற்றும் ★காதலித்தால் பக்தனாகலாம்!
★கர்நாடக வெற்றி! (தொடர்கள்)
இன்னும் பல சிறப்பு அம்சங்கள் : ஆன்மீகச் செய்திகள் வித்தியாசமான தெய்வீக அணுகுமுறைகள்!
ரூ 10
விற்பனையாளர்கள் தொடர்பு கொள்க :
'ஆன்மீகம்', 96, காம்தார்நகர் மகாலிங்கபுரம் - சென்னை - 600 034

வீட்டிலேயே 'கைவைத்தியம்' செய்யலாமே!



கை வைத்தியம் என்பது பாரம்பர்ய மாக நம்மிடம் இருந்த அற்புதமான மருத்துவக் கலை. நவீன உலகில் அருகிவரும், பின் விளைவோ பக்க விளைவோ இல்லாதது அம் மருத்துவ முறை. இதனை உலகிற்குத் தெரிவிக்க விரும்பி திருச்சி - 17 ல் தென்னூரில் ப்ரியா நர்ஸிங்ஹோம் வைத்திருக்கும் பிரபல சித்த மருத்துவ நிபுணரும், தற்பொழுது மத்திய அரசின் ஆயர்வேதா மற்றும் சித்த மருத்துவ மைய ஆராய்ச்சிக் கழகத்தின் அறிவியல் ஆலோசனைக் குழுவின் தலைவராகவும் உள்ள டாக்டர் இரா. கண்ணனைக் கேட்டோம். இங்கு அவர் நம் வாசகிகளின் கேள்விகளுக்குப் பதிலளிக்கிறார் -

கேள்வி : எனது அறுபது வயதான தாயார் பக்கவாதத்தால் பாதிக்கப்பட்டு எழுந்து நடமாட இயலாத நிலையில் படுக்கையிலேயே உள்ளார். இதனால் அவருக்கு முதுகிலும் விலாப் பக்கங்களிலும் புண்கள் ஏற்பட்டுள்ளன. இதற்கு என்ன மருத்துவம் செய்ய வேண்டும் டாக்டர்.

- இந்து, சென்னை - 17.

பதில் : உங்கள் அன்னைக்கு வந்திருப்பது Bed-sore என்று அழைக்கப்படுகின்ற படுக்கைப் புண்கள் ஆகும். இம்மாதிரி படுக்கைப் புண்கள் நோயுற்று நீண்ட காலம் படுக்கையில் இருப்பவர்களுக்கு ஏற்படுகின்ற ஒன்றுதான்.

நோயாளிகளுக்கு படுக்கைப் புண்கள் ஏற்படாமல் இருக்க படுக்கையையும், விரிப்புகளையும் தூய்மையாக வைத்திருக்க வேண்டும். சிறப்பாக இலவம்பஞ்சு மெத்தையும், மேல் விரிப்பானது பருத்தியால் ஆனதாகவும் இருந்தால் மிக நல்லது. விரிப்புகளை தினமும் நல்ல கொதி நீரில் போட்டு துவைத்து வெயிலில் உலர்த்தி உபயோகப்படுத்த வேண்டும். விரிப்பின் மேல் நாம் முகத்திற்குப் பயன்படுத்தும் பவுடரை தூவி வருதல் பயனளிக்கும். மேலும் நோயாளியின் படுக்கை நிலைகளை அடிக்கடி மாற்றி ஒரே பக்கமாக அழுத்தி படுக்காமல் இருக்கும்படி செய்ய வேண்டும். எளிய சித்த மருத்துவ முறைகளையும் பயன்படுத்தி வரலாம்.

1. கஸ்தூரி மஞ்சள், சந்தனம் இவற்றுடன் வேப்பங் கொழுந்தை அரைத்து மேலே பூசி வரலாம்.

2. அரச இலைத் துளிர்களுடன், கடுக்காய்த் தோல் சேர்த்து அரைத்து பற்றுப் போட்டு வர படுக்கைப் புண்கள் குணமாகும்.

3. மேலும் குங்கிலிய வெண்ணெய், புங்கு நெய், அறுகன்தைலம் முதலிய மருந்துகளையும் வெளிப் பிரயோகமாகப் பயன்படுத்தி வரலாம்.

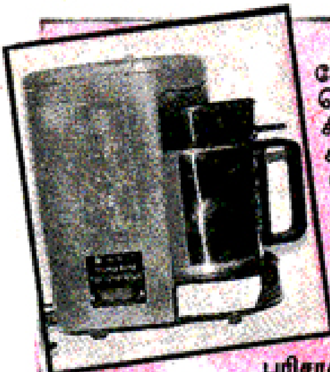
கேள்வி : நான் கல்லூரியில் படிக்கும் இருபது வயது மாணவி. என் முகத்தில் எப்போதும் எண்ணெய் போல் வடிந்து கொண்டு முகம்

பார்ப்பதற்கு எண்ணெய் தடவியது போல் இருக்கிறது. இது எதனால் ஏற்படுகிறது? இதற்கு என்ன பரிகாரம் டாக்டர்.

- காவ்யா, பெங்களூர் - 21.

பதில் : முகத்தில் எண்ணெய் வடிவது போல தோன்றுவதற்குக் காரணம் முகத்திலுள்ள ஒரு வகையான சுரப்பிகளே, இது அதிகமாக பருவ வயதில் உண்டாவதுதான். இவை நாளமில்லா சுரப்பிகளின் விகற்பத்தாலும் ஏற்படும். இதை ஒரு நோய் என்று நீங்கள் எடுத்துக் கொள்ளக் கூடாது. இதனால் பெரிய தீமை எதுவும் உங்களுக்கு நேராது.

1. அடிக்கடி குளிர்ந்த நீரில் முகத்தைக் கழுவ வேண்டும்.
2. எலுமிச்சம் பழச்சாறு மட்டும் தேய்த்து வந்தாலும் போதுமானது.
3. சந்தனத் தூளுடன் வெள்ளரிச் சாறு கலந்து பூசி வரலாம். நீங்கள் அதிகமான பழ வகைகள், பால், மோர், கீரை ஆகியவைகளை உணவில் சேர்த்து வருவது நல்லது. மலச்சிக்கல் வராமல் பார்த்துக் கொள்ள வேண்டும்.


இந்தக் கேள்வி-பதில் தொடரில் சிறந்த கேள்விகளைக் கேட்கும் வாசகிகளுக்கு ரூ.1200/- பெறுமானமுள்ள காஃபி மேக்கரை பரிசாக வழங்க இருப்பவர்கள்- காமதேனு அக்ரோ டெய்ரி ஃபார்ம்ஸ் லிமிடெட், 304, 305. மவுண்ட் ரோடு, குணா பில்டிங்ஸ் தேனாம்பேட்டை, சென்னை - 18.

கேள்வி : நான் காவல் துறையில் பணி புரிந்து வருகிறேன். என் வயது நாற்பத்தி ஐந்து. நான் தற்போது நின்று கொண்டே போக்குவரத்தை வழிப்படுத்தும் டிராஃபிக் கான்ஸ்டபிளாக வேலை செய்கிறேன். என் காலில் நரம்புகள் புடைத்திருக்கிறது. இதற்கு என்ன மருந்துவம் செய்ய வேண்டும்.

- நடராஜன், நெல்லை.

பதில் : உங்களது கால்களில் அசுத்த ரத்தத்தை எடுத்துச் செல்லும் குழாய்கள் பெரிதாகி, தடித்து அதனால் இந்த நிலை ஏற்படுகிறது. பெரும்பாலும் உங்களைப் போல் நின்று கொண்டே வேலை செய்பவர்களுக்கு இம்மாதிரி ஏற்படுவது இயற்கையானது. இதனை நரம்புகள் சுருட்டிக் கொண்டது என்பார்கள். உண்மை அதுவல்ல.

அசுத்த ரத்தத்தை எடுத்துச் செல்லும் குழாய்களில் உள்ள வால்வுகள் ரத்தத்தை ஒழுங்கு படுத்தி இதயத்திற்கு அனுப்புகின்றன. கால்களில் இருக்கின்ற இந்த அசுத்த ரத்தக் குழாய்கள் நம் உடலிலே மிகப் பெரிதாக இருப்பதாலும், உடலின் அடிப் பகுதியிலிருந்து ரத்தத்தை இதயத்திற்கு எடுத்துச் செல்வதாலும் சில சமயங்களில் வால்வுகள் வலுவிழந்து இம்மாதிரி நிலை ஏற்படுகிறது. இந்நோயினால் ஆண்களை விட மூன்று மடங்கு அதிகமாக பெண்கள் பாதிக்கப்படுகிறார்கள்.

கர்ப்ப காலத்தில் பெண்களுக்கு அதிகமாக இது உண்டாகிறது. இதைச் சாதாரணமாக நினைக்க வேண்டாம். இதனால் தீவிரமான விளைவுகளும் ஏற்படலாம். சில சமயங்களில் இந்த அசுத்த ரத்தக் குழாய்கள் முடிச்சு முடிச்சாக இருப்பதால், இவைகளில் காயம் ஏற்பட்டால் அந்தக் காயங்கள் எளிதில் ஆறாமல் தொல்லை கொடுக்கும். அவர்கள் காலில் இறுக்கமான பட்டியைக் கட்டிக் கொள்ள வேண்டும். கர்ப்பிணிப் பெண்கள் கர்ப்ப காலத்தில் காலை நீண்ட நேரம் தொங்கப் போடாமல் இருக்க வேண்டும். இரு குளியல் தொட்டிகளில் குளிர்ந்த மற்றும் சுடுநீரை விட்டு இடுப்பு வரை படுமாறு மாறி, மாறி நின்று வர வேண்டும். குளிர்ந்த நீரில் காலைக் கழுவி வருவது நல்லது. களிமண் சிகிச்சையும் செய்து வரலாம். நீந்துதல் போன்ற உடற்பயிற்சியும் செய்து வரலாம்.

பெரும்பாலும் பச்சைக் காய்கறிகள் மற்றும் பழ வகைகளை உண்டு வருவது நல்லது. மேலும் இவர்கள் மதுவகைகள், புகை பிடித்தல் முதலிய பழக்கங்களையும் தவிர்க்க வேண்டும்.

கேள்வி : நான் உயர் நிலைப் பள்ளியில் ஆசிரியையாகப் பணியாற்றுகிறேன். அண்மையில் நான் மஞ்சள் காமாலை நோயினால் பாதிக்கப்பட்டு குணம் அடைந்துள்ளேன். இந்த மஞ்சள் காமாலை நோய் அடிக்கடி பாதிக்காமல் இருக்க என்ன செய்ய வேண்டும் டாக்டர்?

- திருமதி ஜெனா, கடையநல்லூர்,

பதில் : சாதாரண தொற்றுக்களால் ஏற்படும் மஞ்சள் காமாலைக்குக் கீழாநெல்லி, கரிசாலை போன்ற மூலிகைகளை அருந்தி வந்தால் நல்ல பலனளிக்கும். பொதுவாக மஞ்சள் காமாலை நம்மை தாக்காமல் இருக்க சில நல்ல சுகாதார முறைகளை கடை பிடித்து வந்தாலே போது மானது. அவையாவன :

1. நாம் அருந்துகின்ற நீரை நன்கு காய்ச்சி அருந்தி வருவது நல்லது.

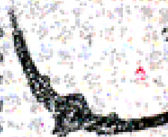
இதோ
ஒரு மகத்தான திட்டம்
உங்களுக்கு வழங்குகிறது

தங்கம்,
தங்கம்
மேலும்
தங்கம்

மிகச் சிறந்த திட்டம், 300 சவரன் மதிப்புள்ள தங்கப் பரிசுகள், மற்றும் வெள்ளி நாணயங்கள், மாதந்தோறும் போட்டி, இன்னும் எவ்வளவோ !

PRINCE GOLD

சவரன் 300



வந்துவிட்டது ஒரு தங்கமான வாய்ப்பு. பிரின்ஸ் ஜுவல்லரி வழங்கும் சவரன் 300 திட்டத்தில் சேர்ந்து பலனடையுங்கள். பரிசுகளையும் குவித்திடுங்கள். ரூ 250 (அல்லது அதன் பெருக்கல் தொகையிலோ - 500, 750, 1000..) மட்டுமே. ஒவ்வொரு மாதமும் முறையே முப்பது மாதங்களுக்கு முதலீடு செய்யுங்கள். ஒவ்வொரு தவணையும் தங்கமாக, அன்றைய தினத்தின் தங்க விலையில் உங்களுக்காக ஒதுக்கப்படும். 31வது மாதத்தில் சேர்ந்துள்ள தங்கத்திற்கு ஈடாக நீங்கள் விரும்பிய தங்க நகையை எடுத்துச் செல்லலாம். அத்துடன் முதலில் திட்டத்தில் சேருவோருக்கு வெள்ளி நாணயங்கள், 6 மே 1996 வரை வழங்கப்படும்.

பிரின்ஸ் ஜுவல்லரி உங்கள் சார்பாக செய்கூலி, சேதாரம், மற்றும் விற்பனை வரியை ஏற்றுக்கொள்ளும். நீங்கள் பணமாக இல்லாமல் தங்கமாக சேமிப்பதால், பண வீக்கம் கொஞ்சமும் இல்லை. எல்லா உறுப்பினர்களுக்கும் பரிசு பெறும் வாய்ப்புண்டு. தாமதிக்காதீர்கள் ! முந்துவோருக்கு உண்டு மகத்தான பயன்கள். உடனே இந்த தங்க சுரங்கத்தைத் தேடி வாருங்கள். சவரன் 300 !







✤ ஒவ்வொரு மாதமும் 2 சவரன் தங்கம் ✤ ஒவ்வொரு காலாண்டும் 4 சவரன் தங்கம் ✤ ஒவ்வொரு ஆண்டும் பம்பர் பரிசு : 12வது மற்றும் 24வது மாதங்களுக்கு 50 சவரன் தங்கம் ✤ இதைத்தவிர மகத்தான பொனான்சா பரிசு : 100 சவரன் தங்கம் 30வது மாதத்தில் அளிக்கப்படும் ✤ *இது ஒரு போட்டி, திறமையை வெளிக்கொணரும் விளையாட்டு*

இத்திட்டம் முதல் 5 ஆயிரம் உறுப்பினர்களுக்கு மட்டும்

பிரின்ஸ்
ஜுவல்லரி

ஜுவல் ஜங்சன், பனகல் பார்க், சென்னை - 600 017. தொலைபேசி : 4346783, 4347493
காலை 10 மணி முதல் மாலை 8 மணி வரை நாள் முழுவதும் விற்பனை உண்டு. ஞாயிறு விடுமுறை.

FORTUNE-M/641/96

ஆன்லைன் இருக்க கவலை எதற்கு?

''அடடே, வாங்கோ அத்தை, இப்பத்தான் வழி தெரிஞ்சுதா எங்காத்துக்கு வர்றதுக்கு?''

''அப்படியில்லடிம்மா... நேக்கு எங்க நேரம் ஒழியறது... உஸ்... அது சரி, எங்க உன் ஆத்துக்காரன், ஞாயித்துக்கிழமை கூட ஆத்துல தங்காம பொம்மனாட்டிய தனியா விட்டுட்டுப் போயிருக்கான்?''

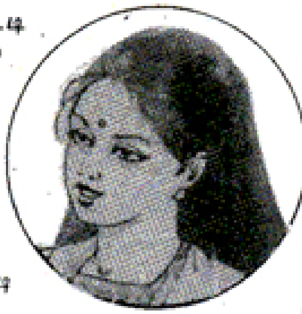


''அப்படியெல்லாம் இல்ல அத்தை. நான்தான் அவரை Market-க்கு அனுப்பியிருக்கேன்.''

''உன் பேச்சை தட்டறது இல்லேன்னு சொல்லு. ஆமா, நீங்க ஏதோ : பைனான்ஸ் கம்பெனியில Deposit பண்ணியிருக்கேளாமே? பார்த்துடிம்மா... போன வாரம் கூட ஒரு பத்திரிக்கையில தாறுமாறா எழுதியிருக்கான்.''

''பயப்படாதீங்க அத்தை, நாங்க முதலீடு பண்ணியிருக்கிறது Online Financial Services-ல. இந்த கம்பெனிக்கு CARE 'A' (FD) ரேட்டிங் இருக்கிறதால நம்மோட பணத்துக்கு நல்ல பாதுகாப்பு!''

''என்னமோடிம்மா, இப்பல்லாம் சில கம்பெனிக்காரா போட்டி போட்டுண்டு ஊக்கத் தொகை, அதிக வட்டித் தொகைன்னு விளம்பரம் கொடுத்து கலக்கிண்டு இருக்கா. எதை நம்பறதுன்னே புரியலை!''



''அதை பார்த்தப்புறம்தான் நானும், அவரும் Online-ல Deposit பண்ணனும்னு முடிவு பண்ணதே. ஏன்னா, இவாளோட வட்டி விகிதம் RBI-யோட சட்ட திட்டங்களுக்கு உட்பட்டது. அதனால கவலை... போயே போச்!''

''அது மட்டுமில்ல அத்தை, நம்ம சௌகரியத்துக்கு ஏற்ற மாதிரி டெபாசிட் முறைகள் இருக்கு. கரெக்டா 'டாண்ணு' வட்டி வந்துடறது. நன்னா Service பண்றா.''

சொல்ல மறந்துட்டேனே... சிங்கப்பூர்ல இருக்கிற எங்க அண்ணாவும், மன்னியும் Online-லதான் Deposit பண்ணியிருக்கா! Online மேல NRI's-க்கே நம்பிக்கையிருக்கு பாத்தேளா?''

''கேட்கறதுக்கு நல்லாதாண்டியிருக்கு. ஆனா Online-ஐ பத்தி எப்படி தெரிஞ்சுக்கறது? ஏன்னா அடுத்த மாசம் உங்க மாமா ரிடயர்டு ஆறார். வர்ற Pension பணத்தை Online-ல போடலாமேன்னுதான்.''

''அப்படின்னா அத்தை... நீங்க 8276768/8265301/8234072-ன்ற எண்ணுக்கு ஃபோன் பண்ணுங்க. இல்ல 8267008-ன்ற எண்ணுக்கு ஃபேக்ஸ் பண்ணுங்க. நீங்க கேட்கிற விவரங்கள் எல்லாம் உங்க ஆத்துக்கே வரும். அவங்களோட தனிப்பட்ட சேவை ஒண்ணு போதும். நான் உங்களுக்கு Online-ஐ சிபாரிசு பண்ண மாதிரி நீங்க வேற ஒருவருக்கு Online-ஐ சிபாரிசு செய்வீங்க.''

''சரிம்மா; நான் கிளம்பறேம்மா... போயி Online-னுக்கு ஃபோன் பண்ணனும்.''

CARE 'A' RATING

ஆன்லைன் ஃபைனான்சியல் சர்வீசஸ் லிமிடெட்

248, இராயப்பேட்டை நெடுஞ்சாலை,. சென்னை - 600 014.
தொ.பே.: 8276768/8265301/8234072. ஃபேக்ஸ்: 8267008

இந்த விளம்பரம் 'இந்து' நாளிதழில் 29.1.96 அன்று வெளிவந்த சட்ட பூர்வமான விளம்பரத்தின் தொடர்ச்சியே. இந்த விளம்பர வாசகம் டெபாசிட் விண்ணப்பப் படிவத்திலும் அச்சிடப்பட்டுள்ளது. டெபாசிட் செய்வதற்கு முன் இதை கவனத்தில் கொள்வீர்.

2. சமைக்கின்ற காய்கறிகளை நன்கு கழுவி பயன்படுத்த வேண்டும்.

3. சுகாதாரமான முறையில் தயாரிக்கப் பட்ட சூடான உணவையே உண்டு வர வேண்டும்.

4. உண்பதற்கு முன்பும், கழிப்பறைக்குச் சென்று வந்த பின்பும் கைகளை சோப் போட்டு நன்கு கழுவ வேண்டும்.

5. நம் குடும்பத்தில் காமாலையால் பாதிக் கப்பட்டவர் இருந்தால் அவர் பயன்படுத்திய பொருட்களை தனியாக வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

இவ்வாறான சுகாதார முறைகளை மேற் கொண்டால் மஞ்சட் காமாலை மட்டுமல்ல பல தொற்று நோய்களும் வராமல் தடுக்கலாம்.

கேள்வி : எனது இருபத்தி இரண்டு வய துள்ள ஒரு மகள் சரியான மார்பக வளர்ச்சி யின்றி இருக்கிறாள். இதற்கு ஏதேனும் மருந்து வம் உள்ளதா டாக்டர்?

- திருமதி கோமதி, செங்கல்பட்டு.

பதில் : பெண்களுக்கு மார்பக வளர்ச்சி யின்மையானது நாளமிலா சுரப்பிகளின் குறை பாட்டினாலும், ஊட்டச்சத்து குறைவினாலும் ஏற்படுகிறது. இதற்கு ஊட்டச் சத்துள்ள பருப்பு வகைகள், குறிப்பாக உளுந்து, கொண்டைக் கடலை, காய்கறிகளில் உருளைக் கிழங்கு, கீரை வகைகள், பால், மோர் முதலியவைகளை அதிகம் சேர்த்துக் கொண்டால் நல்ல பலன் அளிக்கும். இதற்குக் கும்புச் செடியின் வேரை உலர்த்திப் பொடி செய்து அரைத் தேக்கரண்டி பாலில் கலந்து சாப்பிட்டு வர நல்ல பலன் கிடைக்கும் அமுக்கரா சூரணத்தையும் தேனுடன் கலந்து உண்டு வரலாம். இவை தவிர நீச்சல், பார் பயிற்சிகளும் நல்ல பலன் தரும்.

கேள்வி : எனது ஆறுவயது மகன் தூங்கும் சமயத்தில் பல்லை நறநறவென்று கடிக்கிறான். இது எதனால் ஏற்படுகிறது? இதற்கு என்ன வைத்தியம் செய்ய வேண்டும்?

- திருமதி வத்சலா, புது டெல்லி - 58.

பதில் : பொதுவாக சிறுவர்கள் தூக்கத்தில் பல்லைக் கடிப்பது வயிற்றிலுள்ள கிருமிகளின் தொந்தரவினால் ஏற்படுகிறது. இதைத் தவிர்க்க குழந்தைகளுக்கு அதிக இனிப்பைத் தவிர்த்து சுகாதாரமான உணவைக் கொடுக்க வேண்டும். குழந்தை சாக்கடை ஓரங்கள், மண், புழுதி முதலியவைகளில் விளையாடுவதைத் தவிர்க்க வேண்டும். கைகளை நன்கு கழுவிய பின்பே உணவு உண்ணும் படி கற்றுக் கொடுக்க வேண் டும். உணவில் துவர்ப்புத் தன்மையுள்ள அகத்தி, சுண்டை, பாகல், கோவை, வாழைப்பூ இவைகளில் ஏதேனும் ஒன்றைத் தவறாது உண வில் சேர்த்துக் கொள்ள வேண்டும். பப்பாளிப் பழம் மாதம் இருமுறை உண்பது நல்லது. மேலும் மாதம் ஒருமுறை வேப்பிலைக் கொழுந் துடன் சிறிதளவு ஓமத்தைச் சேர்த்து அரைத்துக் கொடுத்து வந்தாலும் பூச்சித் தொல்லை அகலும்.

தான்றிக்காய் தோலையும், பலாசு விதை யையும் சம அளவு எடுத்துப் பொடி செய்து ஒரு தேக்கரண்டி அளவு மூன்று வேளை உண்டு வரலாம்.

பரிசு பெற்ற கேள்வி

கேள்வி : குங்குமம் வைப்பதால் நெற்றி யில் ஏற்படும் அரிப்பைப் போக்கவும், தோலின் நிறம் மாறவும் ஏதாவது கைவைத் தியம் இருந்தால் எழுதுங்கள். நிறைய பேருக்கு இந்த குங்கும அலர்ஜி ஏற்படு கிறது. இதன் காரணம் என்ன? இந்த அலர் ஜியால் கறுப்பாகிவிடும் நெற்றியின் கறுப்பு நிறம்மாற என்ன செய்ய வேண் டும்?

- திருமதி ராஜம், காரைக்கால்.

பதில் : பொதுவாக அமிலங்கள், காரங் கள், ரசாயனப் பொருட்கள் போன்றவை நம் சருமத்தின் மேல்படுகின்ற போது சில வகையான ஒட்டு சரும நோய்கள் ஏற்படு கின்றன. தற்காலத்தில் பெரும்பாலும் குங்கு மங்கள் பலப்பல வண்ணங்களில் இருப்ப தோடு ரசாயனப் பொருட்களைக் கொண்டு தயாரிக்கப்படுகின்றன. இவைகளை நெற்றி யில் இட்டுக் கொள்வோர்க்கு ஒரு வகை யான அரிப்பும், எரிச்சலும் ஏற்பட்டு நாள டைவில் புண் உண்டாகிறது. சிலருக்கு சில நாட்களிலும், சிலருக்கு பல நாட்கள் ஆன பிறகும் இம்மாதிரி சரும நோய்கள் வரலாம். இவ் வாறான குங்குமத்தால் வரும் சரும நோய்க்கு ஒத்துக் கொள்ளாத குங்குமத்தை தவிர்ப்பதே சிறந்ததாகும். அப்படியே சிலருக்கு வேறு வழி இல்லாவிட்டால் சிறி தளவு வாஸலினைத் தடவி விட்டு இக் குங்கு மத்தை இட்டுக் கொண்டால் இந்த தொந்தர வினைத் தவிர்க்கலாம். குங்குமம் தான் இட் டுக் கொள்ள வேண்டும் என்று விரும்புப வர்கள் இயற்கைப் பொருட்களைக் கொண்டு செய்யப்படும் குங்குமத்தை இட்டுக் கொண்டால் எந்த ஒவ்வாமையும் வராது. செயற்கை குங்குமத்தால் வந்த ஒவ் வாமை நீங்குவதற்கு சித்த மருத்துவ முறை யில் தயாரிக்கப்பட்ட அருகன் தைலம், குங்குமாதிலேபம் இவைகளைத் தடவி வந்தால் குணம் தரும்.

TCBF

WE HELP YOU TO GROW

Phone : 8284679
Fax : 044-8255413

T.NAGAR CITIZENS BENEFIT FUND LTD.

Regd. Off: No.29, Bazullah Road, T.Nagar, Madras - 600 017.
(Opp: to Hotel Ganga International & next to N.T.R's House)

TCBF for Reliability, Flexibility, Profitability & Prosperity

PENSIONERS PET DEPOSIT 1 YEAR - 22% p.a.

Fixed Deposits	Period	45 Days	3 Months	6 Months	1 Year	2 Years
	Rate of Interest	18%	18.5%	19%	21%	21.5%

Cumulative Deposits

Rs.1000/- or Multiples of Rs.1,000/-
Rs.1000 - Doubles in 42 months Rs.2000
Rs.1000 - Triples in 66 months Rs.3000

Cash Certificate

Period	Amount	Maturity Value
36 Months	2,750	5,000
	5,500	10,000

TCB BOND

Amount Rs	Period	Maturity Value
25,000	60 Months	70,000
50,000	60 Months	1,40,000

Recurring Deposits

Minimum Rs.100/ - Period
12, 24, 36, 48, 60 Months

Savings Deposit

Minimum Rs.100
Int.12% per Annum

LOANS : Loans against City Properties & Gold Jewels

Working Hours	On Week Days: 9.00 AM. to 4.30 PM. (Continuous Service) On Sunday : 9.00 AM. to 12.30 PM. Weekly Holiday: Friday.

(Transactions with Members only)

நங்கையருக்கு அழகு சேர்க்கும்
நவீன டிசைன்களில் வண்ணமயமான

* சூரத் பெங்கால் காட்டன் சேலைகள் * காஞ்சீபுரம் பட்டு * மைசூர் சில்க்/பிரின்டட் சில்க் * கோரா காட்டன் * சுங்குடி சேலைகள் * பாலி காட்டன் * கோரா பை கோரா மற்றும் * ரெடிமேட் ப்ளவுஸ்/ ஷர்ட்ஸ் * சுடிதார்.

தவணை முறையில் பெறலாம்

தனிநபர்களும், பணிபுரியும் பெண்களும், இல்லத்தரசிகளும், எந்தவித தயக்கமுமின்றி எங்களிடம் தவணை முறையில் வாங்கிக் கொள்ளலாம். எமது ஷோ-ரூமுக்கு வர இயலாத இல்லத்தரசிகளுக்கு புடைவைகளை அவர்கள் வீட்டிற்கு அனுப்ப ஏற்பாடு செய்து தரப்படும்.

மீரா டெக்ஸ்டைல்ஸ்

26/1, மோதிலால் தெரு, தி.நகர்,
சென்னை - 600 017.
போன் : 4342696

'வாழ்வை வளமாக்குமா அதிர்ஷ்டக் கல்?' என்ற தலைப்பில் இரண்டு மாதங்களுக்கு முன் ஒரு போட்டியை அறிவித்திருந்தோம். நிறைய வாசகிகள் இதில் பங்கேற்றுத் தங்கள் அனுபவங்களை எழுதியிருந்தார்கள். ஒருசிலர் 'அதிர்ஷ்டக் கல்லாவது ஒன்றாவது. அதனால் ஒரு பிரயோஜனமும் கிடையாது' என்று எழுதியிருந்தார்கள். ஆனால் நிறைய பேர் அதிர்ஷ்டக் கல் அணிந்ததால் தங்களுக்கு நன்மை ஏற்பட்டது என்றும், பொருந்தாத கல் அணிந்ததால் தீமை ஏற்பட்டது என்றும் தெரிவித்திருந்தார்கள்.

வந்த போட்டிக் கட்டுரைகளில் பதினெட்டினைத் தேர்ந்தெடுத்துப் பரிசு கொடுக்கத் தீர்மானித்துள்ளோம். ரூ. 500/- மதிப்புள்ள வண்ண முத்து மாலை செட்டினை ஒவ்வொரு பரிசுக் கட்டுரைக்கும் அளிப்பவர்கள் தி. நகர் வடக்கு உஸ்மான் ரோடில் ஏ.ஆர்.ஆர். காம்ப்ளெக்ஸ் எதிரில் இருக்கும் ஜெய்ப்பூர் ஜெம்ஸ் இன் ஜுவல்ஸின் உரிமையாளர் ராஜேந்திரகுமார் எம். மேத்தா.

மாதம் மூன்று கட்டுரைகளாக மங்கையர் மலரில் இவை தொடர்ந்து பிரசுரமாகும்.

வாழ்வை வளமாக்குமா அதிர்ஷ்டக் கல்?



எங்கள் வாழ்வில் நிச்சயமாக அதிர்ஷ்டக் கல் தனது முத்திரையை ஆழப் பதித்துள்ளது. சுமார் நான்காண்டுகளுக்கு முன் என் வாழ்வில் கடும் சோதனைக் காலம் என்றே சொல்லும்படி அடுக்கடுக்காய்த் துயரங்கள் தொடர்ந்தன. நல்ல வேலையில் இருந்த என் கணவர் திடீரென ஹார்ட் அட்டாக்கினால் இறந்து, குடும்பம் பாய்மரம் இல்லாத கப்பலாய்த் தடுமாறிக் கொண்டிருந்த நேரம்.

என் பெரிய பிள்ளைக்குத் தூரத்தில் பத்ராவதி என்ற இடத்தில் வேலை கிடைத்திருந்தது. அவன் ஒருவனின் சம்பளத்தில் இரண்டு இடத்தில் குடும்பங்களை நடத்த வேண்டிய நிலை. காலேஜில் படிக்கும் சிறிய மகனையும், கஷ்டப்பட்டுக் கடன் வாங்கிக் கட்டிய சொந்த வீட்டையும் விட்டுப் போக முடியவில்லை. வீடு கட்ட வாங்கிய கடன் வேறு இன்னும் கொஞ்சம் இருந்தது.

பொதுவாகவே எனக்கும் என் மகன்களுக்கும் பகுத்தறிவுக்கு ஒத்துவராத விஷயங்களில் நம்பிக்கை கிடையாது. அவன் மாற்றலாகி ஒரே இடத்திற்கு வந்து விட்டால் செலவுகள் கொஞ்சம் கட்டுப்பட்டு கடன் கட்டலாமே என்று அவன் மாற்றலுக்கு எத்தனையோ முயற்சிகள் செய்தான். அவன் மத்திய அரசில் (ஆல் இண்டியா ரேடியோவில் நிலைய இசைக் கலைஞனாக) வேலையில் இருந்தபடியால் மாற்றல் எல்லாம் டெல்லியில் உள்ள டைரக்டரேட் மூலம்தான் வர வேண்டும். அங்குள்ள மேலதிகாரியோ ஒத்துழைக்கவில்லை. என்ன செய்வது என்று சுமார் இரு வருட காலம் கஷ்டப்பட்டு வெறுத்துப் போய் விட்டோம். எந்த வேண்டுதலுக்கும் பலன் இல்லை. இந்தச் சமயத்தில்தான் அந்த அதிசயம் நிகழ்ந்தது.

ஒருநாள் பத்ராவதியில் நாங்கள் இருவரும் ஒரு சேர் வாங்கவென்று ஸ்டீல் ஃபர்னிச்சர் கடைக்குப் போனோம். மிகப் பெரிய கடை. கடையின் முதலாளியான முஸ்லிம் அன்பர்

மிகவும் அன்பாகப் பேசி வியாபாரம் செய்தார். அவர் அணிந்திருந்த வெள்ளி மோதிரம் – பர்ப்பிள் கலரில் பெரிய கல் வைத்து நல்ல வேலைப்பாட்டுடன் மிக அழகாய் இருந்தது. அதைப் பார்த்த என் மகன், "மோதிரம் மிக அழகாக இருக்கிறதே, எங்கு வாங்கினீர்கள்?" என்று கேட்டான். அவர்,

"தம்பி, இந்த மோதிரம் நான் 'ஹஜ்' போயிருந்த போது அங்கு ஒரு பெரியவர் தந்தது. ரொம்ப அற்புதமான சக்தி வாய்ந்தது. இது வந்த பின்புதான் நான் ரொம்ப முன்னேறி பெரிய கடை வைத்தேன்'' என்றெல்லாம் சொன்னவர், "ஒரு நிமிடம்" என்று சொல்லி உள்ளே போய் வந்தார்.

"தம்பீ... உன் பிறந்த தேதி, மாதம் என்ன?" என்றார். இவன், "6, செப்டம்பர் 1967" என்று சொன்னதும் அவர் சந்தோஷத்துடன், "இதோ, இதை வைத்துக் கொள்; இதுவும் 'ஹஜ்'ஜில் எனக்கு அவர் தந்ததுதான். என் குடும்பத்தில் யாருக்கும் இந்தக் கலர்க் கல் பொருத்தம் இல்லாததால் அப்படியே வைத்திருந்தேன். உன் பிறந்த தேதி 6 ஆக இருப்பதால், இந்தப் பச்சைக் கல் உனக்குப் பொருந்தும். உன் கஷ்டங்கள் எல்லாம் நீங்கி, அல்லாவின் அருளால் நல்லது நடக்கும்!'' என்று சொல்லி பெரிய பச்சைக் கல் பதிக்கப்பட்ட வெள்ளி மோதிரத்தைக் கொடுத்தார். பணம் தந்த போது வாங்க மறுத்து விட்டார். முதலில் நான் அதை நம்பவில்லை. வேண்டாம் என்றால் மனம் கஷ்டப்படுவாரே என்பதால் என் மகன் அதை விரலில் அணிந்து கொண்டான்.

பிறகு நடந்தவைதான் ஆச்சரியம்! ஒரே மாதத்திற்குள், டெல்லி டைரக்டரேட்டிலிருந்து அவர்களாகவே, பெங்களூருக்கு டிரான்ஸ்ஃபர் செய்வதாய் மாற்றல் உத்தரவு வந்து, உடனே ரிலீவும் செய்தார்கள்! 'சுமாராய்ச் செய்திருக்கிறேன்' என்று சொன்ன டிபார்ட்மெண்டல் பரீட்சையில் பாஸ் செய்து மாற்றலுடன் பிரமோஷன் வந்தது! வெகுநாளாய் எதிர் பார்த்துக் காத்திருந்த, ''வராது'' என்று கைவிட்ட வெளிநாட்டு வாய்ப்புத் தேடி வந்தது. பிறகு இரண்டு முறை, இசைக் கச்சேரிகளுக்காக சுவிட்சர்லாந்து, பிரான்ஸ், ஜெர்மனி நாடுகளுக்கும் ஜப்பானுக்கும் செல்லும் வாய்ப்புகள் வந்தன! எங்கள் பொருளாதார நிலையும் முன்னேறிக் கடன்கள் எல்லாம் அடைந்து இப்போது நிம்மதியாக இருக்கிறோம். இப்போது அவன், அந்த முஸ்லிம் சகோதரர் அன்புடன் தந்த அதிர்ஷ்டக்கல் மோதிரத்தைக் கழற்றுவதே இல்லை! பத்ராவதிக்குப் போக நேரும்போதெல்லாம் அந்த அன்பரின் கடைக்குப் போய் அவரைக் கண்டு பேசத் தவறுவதும் இல்லை. துயரத்தின் பிடியில் சிக்கித் திணறிக் கொண்டிருந்த வாழ்க்கையை செழிப்பான பாதைக்குத் திருப்பி, எங்கள் வாழ்க்கை நிலையைத் தலைகீழாக மாற்றியது அந்த அதிர்ஷ்டக் கல்லே என்பதில் கொஞ்சம் கூட சந்தேகமே இல்லை!

– கீதா வெங்கட்ராமன்,
பெங்களூர் – 3.

கடவுளிடம் வெறும் பக்தியை வைக்கும் மனிதன் நவக்கிரகங்களிடம் பயத்தையும் சேர்த்து வைக்கிறான். மீனாட்சியையும் சுந்தரேஸ்வரரையும் பக்தியுடன் வலம்வரும் பக்தன், நவக்கிரகங்களிடம் வரும்போது 'பய' பக்தியுடன் வலம் வருகிறான். ஏன்?

எங்கே அந்தக் கிரகங்களினால் துன்பம் வருமோ என்ற பயமும், வரும் துன்பம் தான் சுற்றும்போது தொலைந்துவிடும் என்ற நம்பிக்கையும்தான், இப்பேற்பட்ட நவக்கிரகங்களின் இயல்பால் விளையக்கூடிய இன்னல்களைக் குறைத்து, நன்மைகளை விளைவிக்கக் கூடியவை இந்த அதிர்ஷ்டக் கற்கள்.

ஒருவரின் வாழ்க்கையில், திருமணம், கல்வி, உத்தியோகம், உடல்நிலை போன்ற கட்டங்களில் சாதகமான சூழ்நிலையை ஏற்படுத்துவதில் மிகவும் உதவுகின்றன இந்தக் கற்கள். இது அனுபவபூர்வமான உண்மை.

1988-ல் என் கணவர் இத்துறை நிபுணர் ஒருவரிடம் என் ஜாதகத்தைக் காட்ட, அவர் இன்னும் நான்கு வருடங்களில் உங்கள் மனைவிக்கு முதுகு சம்பந்தமான வியாதி வர வாய்ப்பிருக்கிறது. ரொம்பவும் சிரமப்படுவார்கள், இந்தக் கற்களை அணிந்து கொள்ளுங்கள்

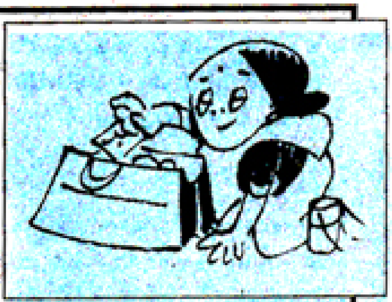


உ. கிழங்கு சிப்ஸ், வள்ளிக்கிழங்கு, வாழைக்காய் சிப்ஸ் போன்றவற்றில் வீட்டிலிருக்கும் இட்லிப் பொடியில் சிறிது தூவிப் பாருங்கள். சிப்ஸ் மணம் சுவையாக இருக்கும்.

- ஆர். பாலா

விடுமுறையில் பயணம் மேற்கொள்பவர்கள் ஒவ்வொரு பையிலும் உங்களது அட்ரஸ் எழுதிய அட்டையைப் போட்டு வையுங்கள். தொலைந்தால் கூட அதிர்ஷ்டவசமாக எடுத்தவர்களும் பொறுப்பாய் ஒப்படைப்பார்கள். அல்லது கிடைத்தால் அடையாளம் காட்ட உதவும்.

- மஞ்களா கிருஷ்ணன்



அதைத் தவிர்க்கலாம் என்றார். எனக்கு ஜோதிடத்தில் நம்பிக்கை இல்லை. மேலும் அவர் அணிந்து கொள்ளச் சொன்ன கனகபுஷ்பராகக் கற்கள் மிக விலை உயர்ந்தவை. அதனால் பேசாமல் இருந்து விட்டேன்.

1991-ல் இடது காலில் வலி தொடங்கியது. கால்வலிதானே முதுகு வலி இல்லையே என்று சிறு மகிழ்ச்சி. குடும்ப டாக்டரிடம் வழக்கம் போல் மாத்திரைகள் வாங்கியும் வலி குறைய வில்லை. வலியான வலி பொறுக்க முடியாத வலி. ஜோதிடர் கூறியதை நினைத்து என் கணவர் அந்த கனகபுஷ்பராகங்களை வாங்கி மோதிரம் செய்து என் பிறந்த நாள் பரிசாகக்

என்று நான் நம்புகிறேன்.

– சபிதா சம்பத், மதுரை – 14.

எனக்குத் தெரிந்த பெண்மணி ஒருவர் நடுத்தர குடும்பத்தைச் சேர்ந்தவர். நான்கு குழந்தைகள். கணவரோ, எக்ஸ்போர்ட் கம்பெனியில் டெய்லராக இருக்கிறார். பயங்கர குடிகாரர். குடித்து விட்டு, எந்தக் காரணமும் இல்லாமல் மனைவியையும், குழந்தைகளையும் அடித்து நொறுக்குவார். அவர்கள் அனுபவிக்காத கொடுமையே இல்லை. அந்தப் பெண்மணி எத்தனையோ டாக்டரிடம் அழைத்துச் சென்றும், உறவினர்கள் வந்து எடுத்த

புதிய திட்டம் – பிரபலமான நிறுவனம்.

"பசுமை புரட்சி" திட்டத்தின் படி கி.பி. 2000க்குள் சுமார் 25,000 ஏக்கர் புஞ்சை நிலங்களை பழத்தோட்டங்களாக மாற்றி சுகமான சுற்றுப்புற சூழலையும், அதிக வேலை வாய்ப்புகளை உருவாக்கவும் முனைந்துள்ள விவேக் ஃபார்மஸ் அண்டு ரிசார்ட்ஸ் என்னும் நிறுவனம், உங்களுக்கு அறிமுகமான ரூ.60 கோடி விவேக் குரூப்பின் ஒரு அங்கம்தான்.

30 ஆண்டுகளாக உங்கள் இல்லங்களுக்கு தேவையான வீட்டு உபயோக சாதனங்களை விற்பதில் சாதனை படைத்த ஒரே நிறுவனம் விவேக். நம்பிக்கை, நாணயமிக்க அந்த நிறுவனத்தின் பணி பல துறைகளில் தொடர்ந்து ஈடுபட்டு வெற்றி நடைபோடுகிறது.

ஒளிமயமான எதிர்காலம்

என் செல்லக் குழந்தையின் வருங்காலத்திற்கு முழு பாதுகாப்பும், நிறைந்த பயனும் உள்ள சேமிப்புக்கு உகந்த திட்டம்

ஸ்வர்ணபூமி

தென் இந்தியாவின் முக்கிய இடங்களில் 1/4, 1/2, 1 ஏக்கர் பரப்பளவில் விவசாய வல்லுனர்களின் நேரடி பராமரிப்பில் உயர்ரக பழத்தோட்டங்கள். உங்களுக்கு வருவாய் –2 வருடம் 9 மாதங்களில்! வரியில்லா விவசாய வருமானம். ஆண்டுதோறும் உங்களை தேடிவரும்.

அரிய வாய்ப்பு – நிரந்தரமான

எந்த சிறந்த முதலீட்டாளருக்கும் "ஸ்வர்ணபூமி" ஒரு தங்க சுரங்கம். இந்த வாய்ப்பை பயன்படுத்தி பலன் அடைவீர். இனி அனைத்து இல்லத்தில் ஒளிமயமான மகிழ்ச்சி என்றும் நிரந்தரம்.



Viveks SwarnaBhoomi
Maximising Earth's Wealth

விவேக் ஃபார்மஸ் அண்ட் ரிசார்ட்ஸ் பிரைவேட் லிமிடெட்.
74, நியூ ஆவடி ரோடு, சென்னை 600 010.
தொ. பே: 6415190/2055 ஃபேக்ஸ்: 044-642 5517

இது விவேக்கின் ஓர் அங்கம்

● 41-ஏ, ஆர்ட்ஸ் காலேஜ் ரோடு, கோயம்புத்தூர் – 18 தொ. பேசி: 20 10 46 ● 43, தானப்ப முதலி தெரு, மதுரை – 1. தொ.பேசி: 36076 ● 11 G/1, ஆஸ்க்கான் ரெசிடென்ஸி, சாஸ்திரி ரோடு, தில்லை நகர், திருச்சி – 18 தொ. பேசி: 46 9661

L.R.SWAMI PP

இப்போதைய பெண்கள் சத்தான உணவு சாப்பிடுவதில்லை!



"பெண்கள் நல மருத்துவர்" என்ற முறையில் நடுத்தர வயது (அ) மகப்பேறு போன்ற நிலையில் மட்டும் என் போன்ற டாக்டர்களை அணுகும் பெண்கள் மற்ற சமயங்களில் தனது நலம் பற்றி உரிய கவனம் செலுத்துவதில்லை. இதனால் தினம் தினம் சிறு பிரச்னைகளுடன் போராடி வரும் அவர்கள் அவை பூதாகாரமாய் ஒருநாள் மாறும் போது தவித்துப் போகிறார்கள்" என்று கூறும் டாக்டர் லக்ஷ்மி நாகராஜன் இங்கே குடும்பத்தைப் பற்றிய சில பொது வான கேள்விகளுக்கு பயனுள்ள பதில்களைத் தந்திருக்கிறார் —

குழந்தைகள் வீட்டிற்கு வரும்போது அவர்களுக்குத் தேவையான டிபன் செய்து கொடுக்க வேலைக்குச் செல்லும் பெண்கள் இருப்பதில்லை. இரவு வேளை மட்டும்தான் முறையாக சாப்பிட முடிகிறது. இது போதுமா? சத்தான உணவாக என்ன கொடுக்கலாம்?

"எல்லா குழந்தைகளிடமும் இந்த பிரச்னைகள் இருக்கு. சாதம்தான் சாப்பிடணும்னு நீங்க நினைக்கக்கூடாது. காலையில் காப்பி, டீ கொடுக்காதீர்கள். பால் (அ) பாலுடன் புரோட்டீன் கலந்து எதுவாயினும் கொடுக்கலாம். காலையில் 3 இட்லி (அ) 3 சப்பாத்தி (அ) 2 தோசை (அ) இடியாப் பம், பிரட் + வெஜிடபிள் சாண்ட்விட்ச், ஆம்லெட் இதுபோல ஏதாவதொன்று சாப்பிடலாம். மதியம் நீங்க

எது கொடுத்தாலும் கறி காய் ரொம்ப முக்கியம். காலை டிபனுக்குத் தேங்காய் சட்னியை விட தக்காளி (அ) புதினா சட்னி நல்லது. மதியத்தில் பிரட் கொடுத்தனுப்பாதீர்கள். மாலையில் பிரட் கொடுக்கலாம். பால் கட்டாயம் சாப்பிடணும். கோதுமை மாவு வறுத்து வெல்லம் பிசைந்த லட்டு ரொம்ப சத்தானது. 4 மணிக்கு இதுபோல 'ஹெவி'யாகச் சாப்பிடலாம். 6 மணிக்குத்தான் உங்க பெண் வீட்டிற்கு வருகிறார் என்றால், 'லைட்' ஆகக் கொடுங்கள். ஏனென்றால் அப்ப அதிகம் சாப்பிட்டால் இரவு சாப்பிட முடியாது. 'லைட்' என்றால் இளநீர், பழரசம், பழங்கள், சூப் இப்படி சாப்பிடலாம். இரவில் முழு சாப்பாடு சாப்பிடணும். 8½ மணிக்குள் சாப்பிடணும்.

என் பெண்ணுக்கு 8 வயது ஆகிறது. இப்பவே பருவமடைந்து விட்டாள் ஏன் இவ்வளவு சீக்கிரம் என்பது தெரியலை. கவலையாயிருக்கு...

"இப்பல்லாம் பிறந்ததிலிருந்து வளர்ச்சி விரைவில் நடக்கிறது. முன்பு, பிறந்த குழந்தை தனது கண்களை ஒரு நிலைப்படுத்தி பார்க்க 4 நாட்கள் ஆகும். இப்ப, குழந்தையை எடுத்துப் பக்கத்தில் இருத்தி, அம்மாவிற்குத் தையல் போடும் போதே வெளிச்சத்தின் அடைவிற்கேற்ப குழந்தையின் கண்களின் அசைவும் திரும்புகிறது. இதுபோன்று நடப்பது, பல் முளைப்பது எல்லாம் விரைவாக நடக்கிறது. ஹார்மோன் உற்பத்தி விரைவாக இருப்பதனால் எல்லாமே விரைவாக உள்ளது. இதில் கவலைப்பட எதுவுமில்லை. பல பெண் குழந்தைகள் 8 வயதில் பருவமடைவது என்பது சகஜம். பல் சீக்கிரம் முளைப்பது போல இதையும் இயல்பா பெற்றோர்களும் எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும், குழந்தைகளும் எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும்."

இம்மாதிரி 8 வயதில் பருவமடையும் பெண்கட்கு முறையாக மாதா மாதம் மாதவிலக்கு வருவதில்லையே! அப்படி வரவில்லையெனில் எவ்வளவு காலம் காத்திருக்கலாம்? பொதுவாகவே முதலில் வயிற்று வலி இருப்பதில்லை. பிறகு சில வருடங்களுக்குப் பிறகு திடீரென வலிக்கிறது. இது ஏன்?

"முறையாக வரவில்லையெனில் 2 வருஷம் வரை காத்திருக்கலாம். அதன் பின்பும் மாதவிலக்கு ஆகவில்லையெனில் டாக்டரிடம் காட்ட வேண்டும். மாதவிலக்கு வரத் துவங்கி 1½ முதல் 2 ஆண்டு காலம் முட்டை உற்பத்தியாவதில்லை. இந்தச் சமயத்தில் அதிக ரத்தப் போக்கு தொடர்ந்து பல நாட்கள் இருக்கலாம். ஆனால் ஒழுங்கான முறையில் மாதா மாதம் வரத் துவங்கியதும் முட்டை உற்பத்தியாகிறது என்று பொருள். வலியிருக்கும், இப்போது உதிரப்போக்கும் முறையாகிவிடும். அப்படியின்றி ரத்தப்போக்கு அதிகமாயிருந்து உடலும் பருமனாகி, ஒழுங்கற்ற முறையில் மாதவிலக்கு வருகிறதென்றால் உடன் டாக்டரிடம் காண்பிக்க வேண்டும்.

இதற்குக் காரணம் :

1. ரத்தசோகை
2. தைராய்டு போன்ற ஹார்மோன்
3. முட்டையில் கட்டி ஏற்படுவதனால்
4. உணர்ச்சிகளின் அடிப்படையில் பிரச்னை ஏற்படுவதனால்.

எனவே டாக்டரிடம் காண்பித்தல் அவசியம்."

சீக்கிரம் பருவமடையறது போன்றே உரிய வயதில் பருவமடையாமல் இருப்பதும் கவலைக்குரியதாயுள்து. எத்தனை வயது வரை காத்திருக்கலாம்?

"17 வயது வரை பருவமடைய காத்திருக்கலாம். அதன் பிறகும் வரவில்லையெனில் டாக்டரிடம் காண்பிக்க வேண்டும். 12 வயது முதல் பெண்மைக்குரிய மற்ற வளர்ச்சிகள் இருக்கிறதா என்று தாய் கண்காணித்தல் வேண்டும்.

பள்ளி செல்லும் பெண்கள் என்னென்ன சாப்பிடலாம்னு சொன்

வேர்ல்டு கப் கிரிக்கெட் மேட்சைப் (டீ.வி.யில்) பார்த்து விட்டுப் பக்கத்து வீட்டுச் சிறுவன், என் சட்டையின் பின்னாலும் அந்த மாதிரி என் பெயரை எழுதித் தா' என, என் தோழி என்னிடம் சொல்ல, அவன் பெயரை அழகாக எழுதி, சாய்த்த தையலினால் எம்பிராய்டரி செய்து கொடுத்தேன். விடுமுறையில் எல்லோருமே அதுமாதிரி செய்து போட்டுக் கொண்டு விளையாடினார்கள்.

- லட்சுமி சுந்தரம்



நடராஜ் எஸ்டேட்ஸ்

வழங்கும்,

ஈடு இணையற்ற லாபகர திட்டம்

வாரம் தோறும் காய்கறிகள்

இல்லத்தரசிகளே !

உங்கள் வீடு தேடி வருகிறது எங்கள் பண்ணையில் விளையும் காய்கறிகள்

(சென்னை நகர வாசிகளுக்கு மட்டும்)

Ariya Perumpakkam Village,
(Survey No : 444/1 to 461/3D)



- ரூ. 5,000 செலுத்தி 3 வருடங்களுக்கு "மெம்பர்" ஆக வேண்டும்.
- 3 வருடங்களுக்குப் பிறகு "ரூ. 5000-ஐ" திரும்ப பெற்றுக் கொள்ளலாம்.
- அல்லது மேலும் 3 வருடங்களுக்கு "ரினிவல்" செய்து கொள்ளலாம்.
- உங்கள் மெம்பர்ஷிப் கட்டணத்துக்கு 12% வட்டியும் உண்டு.
- சப்ளை செய்யப்படும் காய்கறிகளுக்காக நீங்கள் தனியே பணம் எதுவும் கொடுக்க வேண்டியதில்லை.
- மெம்பர் ஆன தேதியிலிருந்து வாரா வாரம் கணிசமான அளவு காய்கறிகள் தொடர்ந்து சப்ளை செய்யப்படும்.

மெம்பர்ஷிப் கட்டணத்தை நேரிலோ, "செக்" மூலமாகவோ, டி.டி. ஆகவோ அளிக்கலாம்.

இலவசம்
உறுப்பினர் கார்டு, மற்றும்
காய்கறி நறுக்கும்
S.S. கட்டர்.



ஞாயிறு தோறும்
பசுமை நிறைந்த காய்கறி
பைகளுடன் எங்கள் பிரதிநிதி
உங்கள் வீட்டுக்கதவை இன்
முகத்துடன் தட்டுவார்.



பூச்சிக் கொல்லி மருந்து, மற்றும் ரசாயன உரங்களை 99% தவிர்க்க முயற்சி செய்கிறோம். இயற்கை உரம் இடுவதால் உங்கள் உடல் நலம் முற்றிலும் பாதுகாக்கப்படுகிறது.

காய்கறி விபரம்

தக்காளி, வெண்டைக்காய், கத்தரிக்காய், வாழைக்காய், புடலங்காய், அவரைக்காய், பாகற்காய், பீர்க்கங்காய், சுண்டைக்காய், சுரைக்காய், பூசணிக்காய், பரங்கிக்காய், கொத்தவரங்காய், முருங்கைக்காய், முள்ளங்கி, எலுமிச்சம் பழம், இஞ்சி, கொத்துமல்லி, கறிவேப்பிலை, மற்றும் கீரை வகைகளும் மாற்றி மாற்றி சப்ளை செய்யப்படும்.

Phone : 4342098, 4840150

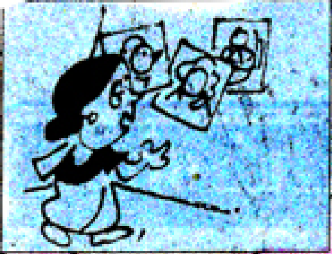
திட்டமிட்ட குடும்பத்துக்கு தேவையான காய்கறிகள் வழங்கப்படும். இயற்கை சீற்றங்களால் ஏதேனும் சேதாரம் ஏற்பட்டாலொழிய எங்கள் சப்ளை ஒருபோதும் நிற்காது.

NATARAJ ESTATES

"Shanthi Complex", 3rd Floor, 26, Ranganathan Street, T. Nagar, Madras - 600 017.
Branches : Tiruvarur, Thanjavur, Kancheepuram.

NATARAJ GROUP OF COMPANIES
Nataraj Finance & Investments.
Nataraj Chits (Tamilnadu) Pvt., ltd.,
Nataraj Exports Overseas, Nataraj Publications.
Nataraj Oil Mills, T.K. Geetha Agro Products.

24% P.A.



என் குழந்தையின் பிறந்த நாளின் போது அவளின் சிறு வயதுப் புகைப்படங்களை டேபிளில் வரிசையாய் வைத்து, மேலே பாலிதீன் கவரால் மூடி ஓரங்களில் 'கிளிப்' செய்துவிட்டோம். பார்ட்டிக்கு வந்தவர்கள் ஒவ்வொரு புகைப்படத்தையும் ரசித்துப் பார்த்தார்கள். அவளுக்கும் ஒரே பெருமை.

- கி. மஞ்சுளா

னீங்க. ரத்த சோகையினால் முறையற்ற மாதவிடாய் வருவதாகவும் சொன்னீர்கள் பருவமடையும் வயதில் பெண்கட்கு இந்தப் பிரச்னைகள் வராதிருக்க என்னென்ன சத்துக்கள் தேவை?

முக்கியமாக கால்சியம் இரும்புச் சத்து இரண்டும் மிக அவசியம். இப்போது பொதுவாக பெண்கள் சத்தான உணவு சாப்பிடுவதில்லை. இதற்குப் பதிலாக ஐஸ் கிரீம் அதிகம் சாப்பிடுகின்றனர். இவையெல்லாம் சாப்பிடக் கூடாது என்று சொல்லவில்லை. ஆனால் இதையே முக்கிய உணவாகக் கொள்ளாமல், பால், தயிர், காய்கறி, முளை கட்டிய பயறு வகைகள் பழங்கள் இவை அதிகம் சாப்பிடணும். அதிகம் தண்ணீர் பருக வேண்டும்.'

இப்ப பெண்குழந்தைகள் ரொம்ப புத்திசாலியாயிருக்காங்க. எதையும் சீக்கிரமாகவும் புரிஞ்சிக்கறாங்க. சிறு வயதிலேயே அதிகம் தெரிஞ்சிக்கிறாங்க. இதனால் ஒரு விஷயத்தினை அணுகுவதில் நாமும் நம் குழந்தைகளும் வேறுபடுகிறோம். பெரியவங்க வீட்டில் இருந்தா அவங்க ரொம்பப் பழங்காலமாகவும் நம் குழந்தைகள் ரொம்ப 'மாடர்ன்' ஆகவும் இருக்கிறதால் இடையில் நாம் படும்பாடு ரொம்பக் கஷ்டமாயிருக்கு. அதோடு நம்மை, நம் அம்மாக்கள் கவனித்த அளவிற்கு நாம் நம் குழந்தைகளைக் கவனிக்க முடிவதில்லை. இது சரியா?"

இதுக்கு நான் டாக்டர் என்ற முறையில் மட்டுமின்றி தாய் ஸ்தானத்திலும் பதில் சொன்னால்தான் அது முழுமையாகும். சிறு வயது முதல் குழந்தைகளை வளர்க்கும் முறையினை ஓரளவு இங்கே சொல்றேன்.

"பல் தேய்க்கும் முறை எப்படி, குளிக்கும் போது உடலில் எந்தப் பாகத்தையும் ஒதுக்காமல் எல்லாவற்றையும் நன்கு தேய்த்துக் குளிப்பது என்பதை சிறு வயதிலே தாய் கற்றுக் கொடுக்க வேண்டும். மலம் கழித்த பிறகு, பின்புறத்தில் தான் கழுவ வேண்டும். (கூட்டத்தில் சிரிப்பலை) இதில் சிரிக்கவோ, அருவருப்படையவோ எதுவுமில்லை. இந்தச் சரியாகச் செய்யாமல் முன்புறமாகக் கழுவுவதால் மலத்தின் துகள்கள் முன்புறம் பட்டு, தொற்றுநோய்கள் வந்து பலர் அவஸ்தைகள் படுவது கண்கூடாகப் பார்க்கிறேன். எனவே இதன் முக்கியத்தை உணர்ந்து கொள்ளுங்கள்.

ஒவ்வொரு நாளும் 2 முறை குளிக்கணும். உள்ளாடைகள் மாற்ற வேண்டும். இரவில் இறுகலான உடை அணியக் கூடாது. நிமிர்ந்து உட்காரணும். நடக்கும் போது நிமிர்ந்து நடக்க வேண்டும். இப்போது 8 வயது குழந்தைகள் கூட சைக்கிள் ஓட்டுகின்றனர். முன்புறமாகக் குனிந்து ஓட்டுவதனால் முதுகு வலி வரும். எனவே தினமும் உடற்பயிற்சி செய்ய வேண்டும். நடப்பது என்பதே இல்லை. நிறைய நடக்கணும்.

பெண் குழந்தைகட்குத் தாயார் உரிய வயதில் மாதவிலக்கு பற்றியும், செக்ஸ் பற்றியும் ஓரளவு பக்குவமாகச் சொல்ல வேண்டும். பெண்ணின் தோழி போல தாய் பழக வேண்டும், அவள் நண்பர்கள் யார், அவர்களின் பெற்றோர்கள் யார் என தெரிந்து கொள்ள வேண்டும். அவர்களுடன் தொடர்பு வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். பெண் குழந்தையின் அன்றாட நடவடிக்கைகள் தாயாருக்குத் தெரிந்திருக்க வேண்டும். தனது மகளின் மாதவிடாய் நாள் பற்றிக் குறித்து வைக்க வேண்டும். ஆடவருடன் பழகலாம். ஆனால் தனியாக ஒரு பெண் மட்டும் ஆடவருடன் பேசுவதோ, பழகுவதோ கூடாது. எத்தனை தான் நாகரீகம் என்றாலும் பெரியவர்களை மதிக்கவும், நம் பெற்றோர்கள்தான் நமக்குப் பாதுகாப்பு என்ற உணர்வையும் குழந்தைகளிடம் தாய் ஊட்ட வேண்டும். உணர்ச்சிகளின் கொந்தளிப்பில் தவறுகள் செய்யாமலிருக்க சிறு வயது முதலே தியானம் அவர்கட்குப் பழக்க வேண்டும். மனமும் உடலும் அமைதியாகவும் தூய்மையாகவும் இருந்தால் எந்தப் பிரச்னையும் வராது. வாழ்க்கை என்பது பூப்பல்லக்கு போன்றிருக்கும்."

தொகுப்பு : **கல்யாணி ராஜா**

மேஷம்

மேஷ ராசி :



அசுவினி, பரணி, கிருத்திகை 1 - ஆம் பாதம்.

ஏழரை சனியின் ஆரம்ப காலம். 6ல் ராகு ரோக நிவர்த்தியையும், வெற்றியையும் தரத்தக்க நிலையில் உள்ளார். பணவிரயத்திற்கு வாய்ப்பு இருந்தாலும் அது சுபவிரயமாகவே அமையும். குருவின் பார்வை உங்களுக்கு எல்லா விதங்களிலும் உதவும். குழந்தை பெறும் நிலையில் உள்ள சகோதரிகளுக்கு குருவின் பார்வை பெறும் சுக்கிரன், புத்திரன் ஜனிக்கக் காரணமாக இருக்கிறார். உடல் ஆரோக்கியம் நன்றாக உள்ளது. மகிழ்ச்சியும், மரியாதையும் கிடைக்கும். உத்தியோக உயர்வு ஏற்படலாம். வீட்டில் சுப நிகழ்ச்சிக்கு அருள்புரியும் குரு, அதற்கான பண வருவாயையும் தருகிறார். கவலை வேண்டாம். எத்துறையினர்க்கும் ஏற்றதொரு மாதம். காவல் துறையினர்க்கு நல்லதொரு கீர்த்தி கிடைக்கும். அரசியலில் உள்ளவர்களுக்கு அருமையான நேரம். அரசியல் தலைவர்கள் வேட்பாளர்களில் இந்த ராசியைச் சேர்ந்தவர்களைத் தேர்ந்தெடுத்து நிறுத்தினால் அமோக வெற்றியை அடைய முடியும்.

ரிஷப ராசி :



கிருத்திகை 2, 3, 4 - ஆம் பாதங்கள், ரோகிணி, மிருகசீரிஷம் 1, 2 - ஆம் பாதங்கள்..

சனியும், கேதுவும் நல்ல நிலையில் சஞ்சரிப்பதால் எடுத்த காரியத்தில் வெற்றி கிடைக்கும். அத்துடன் சுக்கிரனால் சுகமுண்டு. செவ்வாய் ஆட்சியில் உள்ளதால் பாதிப்பு ஏற்படாது. எனினும் மற்ற கிரகங்களின் கோட்சார நிலை சரியில்லை. ஜீவனஸ்தானத்தையும், விரயத்தையும், சுகஸ்தானத்தையும் ஆண்டு முழுவதும் குரு பார்ப்பதால் பணப்பற்றாக்குறை எப்படியும் சமாளிக்கப்படும். குரு சுக்கிரனைப் பார்ப்பதால் குடும்பத்தில் அமைதி நிலவும். வெளிநாட்டில் உள்ளவர்களுக்கு சனியாலும், சுக்கிரனாலும் நல்ல நிலை ஏற்படும். கலைஞர்களும், நடிகர்களும் கௌரவிக்கப்படு வார்கள். பணப் பொறுப்பில் உள்ள வங்கிப் பணியாளர்கள், தொழில் நிறுவனத்தில் வேலை பார்க்கும் காசாளர்கள் கவனமுடன் பணியாற்ற வேண்டிய நிலை. சிறு அலட்சியமும், எடுத்தெறிந்து பேசும் தன்மையும் உங்களிடமிருப்பின், அவற்றைச் சற்றே ஒதுங்கி இரும் பிள்ளாய் எனக் கூறி கவனமுடன் கடமையைச் செய்வது நல்லது. கொதிகலன்கள், மற்றும் சமையல்காரர்கள் எச்சரிக்கையுடன் செயல்படுங்கள். அஷ்டம குரு கஷ்டம் தராமல் இருக்கக் கல்லால மரத்தின் கீழ் குடிகொண்டுள்ள தென்னாட்டு மூர்த்தியை வேறெதையும் சொல்லாமல் மனதார மௌனமாக நினையுங்கள். விளக்கும் ஏற்றலாமே.

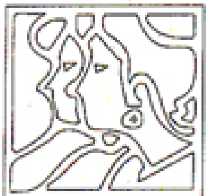
இந்த மாதம் எப்படி?



கோடை காலத்தில் அழகு சாதனப் பொருட்களை பயன்படுத்துவதை நிறுத்தி வையுங்கள். அதற்குப் பதில் பாசிப் பருப்பு கஸ்தூரி மஞ்சள் இரண்டையும் சேர்த்து அரைத்துப் பவுடராக்கி உடம்பில் தேய்த்துக் குளிக்க வேண்டும். இதனால் அதிகமாக வியர்ப்பதனால் ஏற்படும் வேர்க்குரு எரிச்சல், நமைச்சல் போன்ற தொல்லைகள் வராது.

— ஆர். மீனாட்சி

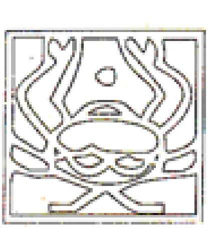
மிதுன ராசி :



மிருகசீரிஷம் 3, 4 - ஆம் பாதங்கள், திருவாதிரை, புனர்பூசம் 1, 2, 3 - ஆம் பாதங்கள்.

காவல்துறையினர்க்கும், கலைஞர்களுக்கும், மற்றும் மருத்துவத்துறையினர்க்கும் தக்கதொரு சன்மானமோ, பாராட்டோ, புகழோ கிடைக்கும். ஆயினும் பொருள் விரயத்திற்கும், பகை வளர்வதற்கும் சனி, கேது காரணமாக அமையலாம். சுக்கிரன் வீடுவாங்கவும், வாகனயோகம் ஏற்படவும் காரணமாகிறார். எனவே இது சமயம் வரும் வாய்ப்பினை நன்கு பயன்படுத்திக் கொள்ளுங்கள். அதே சமயம் தந்தையைச் சார்ந்த சுற்றத்தாருடன் சொத்து சம்பந்தமான விவகாரத்தில் ஜெயம் உங்களுக்கு ஏற்பட்டாலும், அது சம்பந்தமாக பயமும் உங்களை வாட்டலாம். அது சமயம் ஆதித்ய ஹிருதய ஸ்தோத்திரத்தையும், நரசிம்ம ஸ்தோத்திரத்தையும் படிப்பது நல்லது. ஆஞ்சநேயருக்கு வடை மாலையும், குருவுக்குச் சுண்டலும், அண்ணன் தம்பிகளாகிய கணபதி, சுப்ரமணியருக்கு அபிஷேகமும் செய்யலாம். குரு பார்வை பெறுகின்ற இராசிநாதனும், இராசியும் உங்களுக்கு இந்த மாதத்தில் நீங்கள் எதிர்பார்க்கும் பதவி உயர்வைத் தரலாம். அரசியலில் ஈடுபட்டுள்ளவர்களுக்கு வெற்றி உண்டு. எதற்காகவும் உங்களது நேர்மையைக் கைவிடாமல் உழைப்பது நல்லது. அதற்குரிய ஊதியத்தை உரிய நேரத்தில் பெறுவீர்கள். நீண்ட தூர யாத்திரை ஒன்றில் கலந்து கொள்வீர்கள்.

கடக ராசி :



புனர்பூசம் 4 - ஆம் பாதம், பூசம், ஆயில்யம்.

சுக்கிரன் உங்களுக்கு உகந்த நிலையில் சஞ்சரிக்கிறார். குடும்ப சுகத்திற்குக் குறையிருக்காது. மாதம் பூராவும் சூரியனால் உங்கள் முயற்சியில் வெற்றிவாகை சூடும் நிலை யிலே வாய்ப்புக்கள் வரும். பயன்படுத்திக் கொள்ளுவது உங்கள் கையில்தான் இருக்கிறது. இராகு இது விஷயத்தில் உங்களுக்கு இலாபத்தைத் தரும் வண்ணம் அருள்புரிவார். புதன் உங்களுக்கு இதுவரை இல்லாத வகையில் ஒரு புது முயற்சியில் நீங்கள் ஈடுபட்டு, அதில் தனலாபம் பெற வழிவகை செய்ய இருக்கிறார். வீட்டில் லஷ்மிகரம் நிறையவே இருக்கும். இப்படித்தான் சொல்லப்பட்டு வருகிறதே தவிர, லஷ்மிகரம் வருவதற்கு பதில், விவகாரங்கள் தான் வருகின்றன என எண்ணுபவர் களுக்குக் கூட, கண்டிப்பாக ஏதேனும் ஒரு விதத்தில் மனத்திருப்தி தரும் மாதமாக இது அமையும். குருவின் பார்வைபடும் இடங்கள் உங்களுக்குப் பல விதங்களில் சிரமங்களைக் குறைக்கும். பொருளாதார நெருக்கடியும் தோன்றுவதற்கான சூழ் நிலையும் உண்டு என்பதை மறந்துவிட வேண்டாம். மேலதிகாரிகளிடம் சற்று பணிந்து செல்வது நல்லது எனத் தோன்றுகிறது. அரசியல் வாதிகளுக்குச் சற்று சூப்பர் மாதமாகவே இருக்கும். ஸ்ரீ சண்டி ஹோமம் ஒன்றைச் செய்துவிட்டு களத்தில் இறங்குங்கள். கண்டிப்பாக ஜெயிப்பீர்கள்.

சிம்ம ராசி :



மகம், பூரம், உத்திரம் 1 - ஆம் பாதம்.

சுக்கிரன், சூரியன், மற்றும் புதன் ஆகிய அனைவருமே உங்களுக்கு உதவும் நிலையில் உள்ளனர். குருவின் பார்வை வேறு உங்களுக்குச் சாதகமாக உள்ளநிலை. 9 ல் இருந்தாலும் செவ்வாய் ஆட்சியில் இருப்பது நல்லதே. சனி, கேது ஆகியவர்களால் சில சோதனைகள் வரலாம். சில இனங்களில் நஷ்டம் ஏற்படும். குறிப்பாக அனாவசியமான பிரயாணங்களினால் அலைச்சல், உறவினர்களுக்குள் பகைமை, மிகவும் நெருங்கியவர்களால் அபவாதங்கள், பணநஷ்டம் ஆகியவை ஏற்படும் வாய்ப்புகள் உள்ளது. எனவே நீங்கள் பழகும்

இடம், சொல்லும் சொற்கள், உண்ணும் உணவு ஆகிய அனைத்திலுமே நல்ல கவனம் செலுத்தி முன்னெச்சரிக்கையுடன் இருப்பதே சிறந்த பரிகாரம். குருவின் பார்வை உங்களுக்குச் சாதகமாக இருந்தாலும், உங்கள் தசாபுத்திகளைப் பொறுத்தும் கூட பலன்கள் பாதகமாக அமையலாமே! நல்லதொரு தசாபுத்தி நடப்பவர்களுக்குப் பெரும்பாலான நல்ல, எதிர் பார்க்கும் மகிழ்ச்சியான நிலையே உண்டு. இந்தச் சூழ்நிலையில், அரசியல்வாதிகளுக்கு உச்ச சூரியனும், ஆட்சியில் உள்ள செவ்வாயும் குருவின் கடாட்சம் இராசிக்கு இருக்கும் காரணத்தால் செல்வாக்கும் கீர்த்தியும் பெறும் வாய்ப்பு உண்டு. அத்துடன் பத்திரிகைத் துறையினர்க்குக் குறிப்பாக பெண் எழுத்தாளர்களுக்கு சித்திரை, சுவாதி, விசாக நட்சத்திரத்தில் பாராட்டும், பரிசும் கிடைக்கும். காவல்துறையினர் சாதனையும் புரியலாம். அதற்காக அவர்கள் பல சோதனைகளையும், அலைச்சலும் அடைய வேண்டி இருக்கும். நரசிம்ம ஸ்தோத்திரத்தைப் படிக்கலாம்.

கன்னி ராசி :



உத்திரம் 2, 3, 4 - ஆம் பாதங்கள், ஹஸ்தம், சித்திரை 1, 2 - ஆம் பாதங்கள்.

சொந்தபந்தங்களினால் எந்த விதத்திலாவது மனோவியாகூலத்திற்கு இட

இந்த ராசிக்குரிய நட்சத்திரங்களில் சஞ்சரிக்கும் நாட்களில் எதிர் பார்த்த இனங்களில் வெற்றி உண்டு. ஏனெனில் கஜகேசரியோகம் எனும் பலத்த யோகம் இந்த நாட்களில் ஏற்படலாம். உங்கள் அந்தஸ்த்துக்கு ஒவ்வாத பெண் ஒருத்தியின் தொடர்பால் குடும்பத்தில் சஞ்சலம் ஏற்படலாம். எல்லா கிரகங்களுக்கும் சேர்த்து அர்ச்சனையோ, அல்லது கோவில்களில் நடக்கும் ஹோமங்களில் குறைந்த செலவில் சேர்ந்தும் பரிகாரமோ தேடலாம். தசாபுத்தி நன்கு நடப்பவர்களுக்குக் கவலைகள் குறையும்.

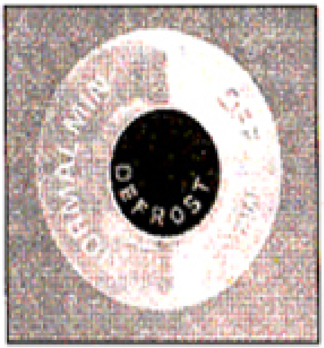
துலா ராசி :



சித்திரை 3, 4 - ஆம் பாதங்கள், சுவாதி, விசாகம் 1, 2, 3 - ஆம் பாதங்கள்.

கேதுவும், சுக்கிரனும் உங்களுக்கு ஏதுவான இடங்களில் சஞ்சரிப்பதால் தாம்பத்ய வாழ்க்கையில் சலனம் இருக்காது. பணத்தட்டுப்பாடு ஏற்படும் வாய்ப்பு உள்ளதால் கட்டுப்பாடுடன் திட்டமிட்டுச் செலவு செய்யுங்கள். சனியினால் சத்ரு ஜெயம் ஏற்பட்டு சகலவிதத்திலும் தொல்லை நீங்கும். இதுவரை இருந்த உடல்நிலைக் கோளாறுகள் தலை தூக்காமல், உடல் ஆரோக்கியமான நிலை உண்டாகும். புத்திரப் பிராப்திக்கு வாய்ப்பு உள்ளது. கணபதி, நவக்கிரகம் ஆகியவைகளுடன், ஸ்ரீசந்தான கோபாலகிருஷ்ண ஹோமம் ஒன்றையும்

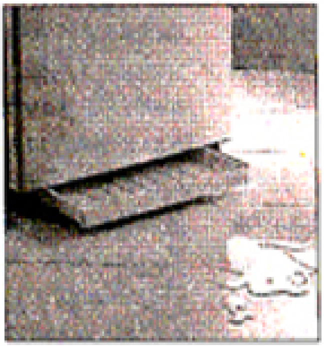
ஃப்ராஸ்ட்.



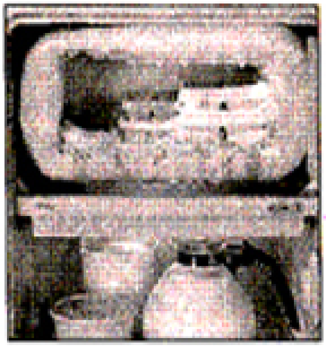
ஒவ்வொரு மாதமும்
டீஃப்ராஸ்டிங்



உணவு அதிக நாள்
நிற்காது



தண்ணீர் ஒழுகுதல்



ஒட்டும் ஐஸ் ட்ரே

சாதாரண ரெப்ரிஜிரேட்டர்களில் ஃப்ராஸ்ட் (ப்ரீஸர் பகுதிகளில் ஐஸ் உருவாகுதல்) அடிக்கடி உருவாகுகிறது. இதனை ஆவதால் பல பிரச்னைகளை உருவாக்குகிறது. பிபிஎல் ஃப்ராஸ்ட்-ப்ரீ ரெப்ரிஜிரேட்டர்களில் டீஃப்ராஸ்ட் செய்ய உணவின் நயம், ருசி மற்றும் சத்துத் தன்மையை அதிக அளவில் பாதுகாக்கிறது. நீண்ட காலத்துக்கு. அருகில் உள்ள டீலர் ஆக்கிடுங்கள்.

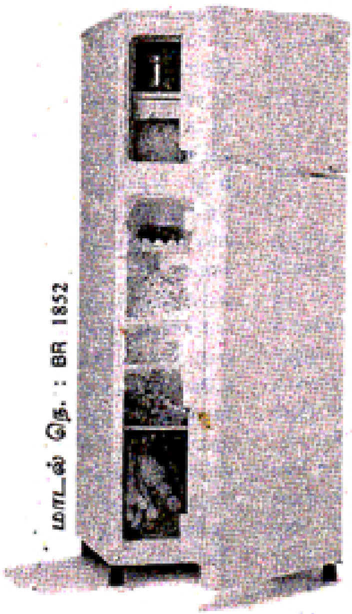
BPL REFRIGERATION LIMITED

429, Anna Salai, 1st Floor, Nandanam, **Madras - 600 035**. Ph : 4330278; 4330801

3-டோர் 250 லிட்டர், 3-டோர் 250 லிட்டர், 3-டோர் 350 லிட்டர் மற்றும் 4-டோர் 350 லிட்டர் கொள்திறன்களிலும்

BPL

ஃப்ரீ.



2-டோர் 185 லிட்டர்

அகற்ற வேண்டி உள்ளது. அடிக்கடி இவ்வாறு டீஃப்ராஸ்டிங் வேண்டியதில்லை. மேலும், எப்பொழுதும் அது உங்களின் ஷோரூமுக்கு விரைந்திடுங்கள். ஜெரத்தை உங்கள் உடைமை

BPL *Bringing You the Best.*

கிடைக்கிறது.

Pratibha/Blr/BPL/533/TAM



புது இன்லண்ட் கடிதம் ஏர் மெயில் வடிவத்தில் வந்துள்ளது. முன்போல நிறைய விஷயம் எழுத முடிவதில்லை. மூன்று பக்கங்களையும் ஒட்டி அனுப்புவதால் பிரிக்கும் போது கடிதம் தாறுமாறாகக் கிழிபடுகிறது. எனவே பக்கங்களை ஒட்டாமல் உட்புறம் மடித்துவிட்டு மேற் பக்கம் மட்டும் ஒட்டி அனுப்பினால் வசதியாக இருக்கும்.

— நளினா தேவி

விருச்சிக ராசி :



விசாகம் 4 - ஆம் பாதம், அனுஷம், கேட்டை.

சனி, கேதுவைத் தவிர மற்ற அனைவருமே உதவும் நிலை. மாணவர்களுக்கு எதிர்பார்த்த வெற்றி உண்டு. அதுமட்டுமல்ல. ஆபரணங்கள் வாங்கவோ, அல்லது அடகு வைக்கப்பட்ட நகைகளை மீட்கவோ தேவையான தனலாபம் கிடைக்கின்ற காலகட்டம். சுக்கிரனால் மனமகிழ்ச்சியும், உல்லாசமாக இருக்கக்கூடிய நிலையும் உண்டு. நீங்கள் எந்தத் துறையில் இருந்தாலும், உங்கள் உத்தியோகம், மாற்றம் ஏதுமின்றி சலனமோ, சலிப்போ இல்லாமல் இருக்கும். ஒரு சிலருக்கு விரும்பியபடி, மாற்றம் கிடைக்கும். உறவினர் சம்பந்தமாக சில பிரச்னைகள் தோன்றலாம். சனி, கேது காரணமாக தசாபுக்தி சரியில்லாதவர்களுக்குச் சில சோதனைகளும், வேதனைகளும் தோன்றி நீதிமன்றம் போகுமளவுக்குக் கூட வரலாம். சத்ருஸ்தானத்தையும் குரு பார்ப்பதால் கோர்ட் விவகாரங்களில் வெற்றியும் உண்டு. அரசியல் வாதிகளுக்கு நல்லதொரு அறுவடை மாதம். இது சமுதாயப் பணியில் ஈடுபட்டுள்ளவர்களுக்கும் பொருந்தும். விபரீத ராஜயோகத்திற்கு வாய்ப்பு உள்ளது. விநாயகருக்கு மோதகமும், ஆஞ்சநேயருக்கு வடைமாலையும், சாற்றுவதுடன் அருள்மிகு ஐயப்பனுக்கு விளக்கு பூஜையும் செய்யவும். அனைத்திலும் வெற்றி உண்டு.

தனுசு ராசி :



மூலம், பூராடம், உத்திராடம் 1 - ஆம் பாதம்.

மாதத்தின் பிற்பகுதியில் சூரியன் வெற்றி ஒன்றுக்கு உதவுகிறார். அது கோர்ட் விவகாரத்திலும் ஏற்படலாம். அல்லது தேர்தல் சம்பந்தமாகவும் இருக்கலாம். குருவுடன் சந்திரன் இருந்து, கோட்சார குரு, சுக்கிரனைப் பார்ப்பதால் வீட்டில் சிறு பிரச்னைகள் தோன்றி மறையும். இந்த மாதம் பூராவும் ஒருவித மந்தநிலைதான் இருக்கும். அவ்வளவாகச் சிறந்த மாதம் என்று கூற முடியவில்லை. நவக்கிரக ஜபம், ஹோமம் இவைகளைச் செய்வது நல்லது. முடிந்தால் மிருத்யுஞ்சய ஹோமமோ, ஜபமோ கூட செய்வது நல்லது எனத் தோன்றுகிறது. ஆயினும் புத்திரஸ்தானம், களஸ்திரஸ்தானம் மற்றும் 9ம் இடம் ஆகியவைகளைக் குரு பார்ப்பதால் புத்திரர்களால் பிரச்னை இருக்காது. நில சம்பந்தமான தகராறும் தீரும். பதவி உயர்வு சம்பந்தமான வழக்கில் ஈடுபட வேண்டிய நிலை வரலாம். அரசியல்வாதிகள் சற்று தீவிர சிந்தனை செய்தே எந்த முயற்சியும் தொடங்க வேண்டும். தேர்தலில் நிற்க வேண்டிய நிலை ஏற்பட்டால் ஒரு சண்டி ஹோமம், ஸ்ரீசுக்த தட்சிணாமூர்த்தி ஹோமம், ஆகியவற்றை நல்லமுறையில் செய்துவிட்டுத் தேர்தல் பணியைத் தொடங்குவது நல்லது.

மகர ராசி :



உத்திராடம் 2, 3, 4 - ஆம் பாதங்கள், திருவோணம், அவிட்டம் 1, 2 - ஆம் பாதங்கள்.

சனியும், கேதுவும் உதவும் நிலை. எனவே தொழிலில் தடங்கல் ஏற்பட நியாயமில்லை. எதிலும் வெற்றி உண்டு. ஆனால் ஆதாயத்தைப் பார்த்தால் ஏமாற்றம்தான் மிஞ்சும். குடும்பத்தில் கூட சுக்கிரனால் பிரச்னை உண்டு. எனினும் சுகஸ்தானத்தையும், சத்ருஸ்தானத்தையும் எட்டாமிடத்தையும் குரு பார்ப்பதால் வீண்வம்பு வழக்குகள் உங்களை ஒன்றும் செய்ய முடியாது. மும்முரமாக உடலில் ஏதாவது ஒரு நோய் வரும். ஆனால் இரண்டு நாட்களில் நீங்கள் பூரண குணமடையும் அளவுக்கு அது போயே போய் விடும். அந்த அளவுக்கு ஆறாம் இடத்

தைக் குரு பார்க்கிறார். அருள் பாலிக்கிறார். மற்றபடி வேறு எந்த கிரகமும் உதவும் நிலையில் இல்லை. இந்தச் சமயத்தில் நீங்கள் சிவ மாலைபூஜா ஸ்தோத்திரத்தைப் படிப்பது நல்லது. பக்தியில் சிரத்தையுடன் கூடிய சேவையே பிரதானம். அத்தகைய சேவா உள்ளம் உடையவர்களை நவக்கிரக நாயகர்களே நாளும் முன்னின்றுக் காப்பார்கள். இந்த மாதம் பூராவும் சற்று டென்ஷன் இருக்கலாம். ஸ்ரீவியாஸ முனிவரின் நவக்கிரக ஸ்தோத்திரத்தைத் தினமும் ஒருமுறை படிப்பது நல்லது.

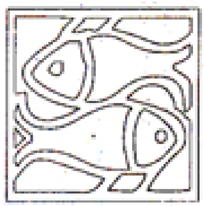
கும்ப ராசி :



அவிட்டம் 3 - ஆம் பாதம், சதயம், பூரட்டாதி 1, 2, 3 - ஆம் பாதங்கள்.

சனி, கேது மற்றும் ராகுவைத் தவிர மற்றவர்கள் உதவும் நிலை. உன்னத நிலையும் கூட. புத்திரர்களைப் பற்றிய கவலை குறையும். எதிர் பார்த்த படி தேர்வில் வெற்றி அடைவார்கள். தொழிலில் முன்னேற்றம் உண்டு. ஆயினும் வாகனம், மற்றும் இரும்பு சம்பந்தமான தொழிலில் ஈடுபட்டுள்ளவர்களுக்குச் சற்று சிரமம் ஏற்படலாம். எச்சரிக்கையுடன் இயந்திரங்களைக் கையாள வேண்டும். சுக்கிரனால் தாம்பத்திய உறவில் மகிழ்ச்சியும் அன்யோன்யமும் நிலவும். அரசு ஊழியர்கள், மற்றும் காவல்துறையினர் பதவி உயர்வு பெறுவர். நீதித்துறையினர், மற்றும் அரசுப் பணியில் உள்ள உயர் அதிகாரிகள் சில சோதனைகளைச் சந்திக்க வேண்டி வரலாம். மற்றபடி கலைஞர்கள், படத்துறையினர், வங்கித் துறையினர் ஆகியவர்களுக்கு அதிகமான நன்மை உண்டு. எனினும் சில கிரகங்களால் கூடுதலான செலவு ஏற்பட வாய்ப்பு உள்ளது. சுப விரயமும் ஏற்படலாம். அது திருமணமாகக் கூட இருக்கலாம். ஒரு தொலைதூரப் பிரயாணத்திற்கு இடம் உண்டு. நளனது சரித்திரத்தையோ, விநாயகப் புராணத்தையோ படிப்பது நல்லது.

மீன ராசி :



பூரட்டாதி 4 - ஆம் பாதம், உத்திரட்டாதி, ரேவதி.

இராசிநாதன் ஆட்சியிலிருந்து சுக்கிரனைப் பார்ப்பதால் குடும்ப சுகம் நன்கு அமையும். சுக்கிரன் ஒருவரே உதவக்கூடிய நிலை. சூரியனும், செவ்வாயும் நல்ல நிலையில் சஞ்சரிப்பதால் அவர்களால் பாதிப்பு இல்லை எனலாம். கேந்திரங்களில் அதாவது 4, 10ம் இடங்களில் சுபக்கிரகங்கள் இருப்பது சரியல்ல. எனினும் சுபப் பார்வை இரு கிரகங்களுக்கும் உள்ளது என்பதால், ஓரளவு நன்மை எதிர் பார்க்கலாம். வீட்டுமனை விற்பனையில் இலாபம் வரும். கலைஞர்களுக்குப் புகழ் வீடு தேடி வரும். குறிப்பாக நிதிநிலை மாதம் பூராவும் நெருக்கடியைத்தான் தரும். ஸ்ரீலக்ஷ்மி குபேர பூஜை செய்து பார்க்கலாம். வியாபாரிகள், மற்றும் தொழில்துறையினர் பண்டங்களைச் சேர்த்து வைப்பதைக் கவனமுடன் செய்தால் கஷ்டத்திற்கு இடம் இருக்காது. ஸ்ரீ ஆதிசங்கரரின் கனகதாராவைப் படியுங்கள். எத்துறையினரும் சற்று சிந்தித்துச் செயல்பட வேண்டிய கால கட்டம். உடல் நிலையில் கவனம் தேவை. உடல் நிலைக்கு ஏற்றதாக இல்லாத எந்த ஆகாரத்தையும் எத்தகைய கட்டாயத்திற்கும் ஆளாகி விடாமல் தள்ளுவது நல்லது. 108 செந்தாமரை மலர்களை தட்சிணாமூர்த்திக்கு அர்ச்சனையாகச் செலுத்தலாம். முடியாதவர்கள் 9 மலர் களையாவது சாற்றினால் மனத்தில் குடி கொண்டுள்ள பயம் நீங்கும்.

— ஜெயலட்சுமி கிருஷ்ணன்

மாதுளம் பழ சாதம்

மாதுளம் பழம் புளிப்பாக இருந்ததால் குழந்தைகள் சாப்பிட மறுத்தனர். முத்துக்களை உதிர்த்து மிக்ஸியில் போட்டு ஜூஸ் செய்தேன். சாதத்தை பொல பொலவென்று வடித்து ஆறவைத்தேன். எலுமிச்சம் பழ சாதத்திற்கு தாளிப்பது போல், கடாயில் எண்ணெய் வைத்து கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு, கடலைப்பருப்பு, பச்சைமிளகாய், இஞ்சி, கறிவேப்பிலை, மஞ்சள் தூள் தாளித்து சாதத்தின் மேல் கொட்டி, தேவையான அளவு உப்பு, மாதுளம் பழச்சாறு கலந்து சாதம் பிசைந்து, வற்றல் வறுத்து வைத்து விட்டேன். சாதம் போன இடம் தெரியவில்லை. மாதுளம் பழச்சாறு உடம்புக்கு மிகவும் நல்லது.

— ஜெயந்தி சுந்தர்.



TAMIL NADU PEOPLE'S BENEFIT FUND (PURASAWALKAM) LTD.,

79, Perambur Barracks Road, Purasawalkam, Madras - 600 007.

Central Government Approved (Reg. No. 18-21907/91) ☎ 6414536, 5323360

FIXED DEPOSIT SCHEME

FIXED DEPOSIT	46 Days	3 Months	6 Months	1 Year	2 Years	3 Years	5 Years
	15%	16%	17%	18%	19%	20%	21%

21% FOR SENIOR CITIZEN SPECIAL SCHEME

for Rs. 10,000/- and above 1 Year

PENSIONERS' REINVESTMENT DEPOSIT

RATE OF INTEREST 21%	Minimum Deposit	1 Year	2 Years	3 Years	40 Months
	Rs. 10,000	Rs. 12,315	Rs. 15,165	Rs. 18,675	Rs. 20,000

SPECIAL FIXED DEPOSIT SCHEME

21% for Rs. 50,000/- and above for 1 year and above

T N P B F Happy Day Money Back Scheme

Pay Rs. 1,000/- on your happy day continously for 4 years and take back Rs. 1,250/- every year on your happy day from the 5th year onwards for life long.

கடன்

நகைகள் பேரில் கிராம் 1க்கு ரூ. 325 வழங்கப்படும். சென்னை மாநகரில் உள்ள சொத்துக்கள் பேரிலும் வழங்கப்படும்.

SAVINGS DEPOSIT INTEREST RATE 10.5% P.A

கொடுக்கல் வாங்கல் ரூ.1/- செலுத்தி பங்குதாரர்களாகிறவர்களிடம் மட்டும்.

WE WORK ALL DAYS

Working Hours : Week Days: 8.30 a.m. to 5.00 p.m. Sunday: 8.30 a.m. to 1.00 p.m.

V. KRISHNAMOORTHY, B.A., B.L., Secretary	A. THYAGARAJAN, M.A., Executive Director	R.SUBRAMANIAN, B.Sc., B.L., President

காஸ் ஸ்டவ் பயன்படுத்துவோர் கவனத்திற்கு!



காஸ் ஸ்டவ் பிரச்சினையா? எங்களை உடனே அணுகவும்.

✆ 4820494 (மாம்பலம்)
415117 (அடையார்)

எல்லா வகையான காஸ் அடுப்புகளும் ரிப்பேர், ஸ்ப்ரே பெயிண்டிங், குரோமியம் பிளேட்டிங், உதிரி பாகங்கள், 2 வருட உத்திரவாதத்துடன் புதுப்பித்த காஸ் ஸ்டவ் வாங்க

சிவா

காஸ் ஸ்டவ் மெக்கானிக் & சர்வீஸ்

39, எல்லையம்மன் கோவில் தெரு, மேற்கு மாம்பலம், சென்னை 33. (குளம் எதிரில்)

7/8, கஸ்தூரிபா நகர், 3-வது குறுக்குத் தெரு, அடையார், சென்னை 20.

ரிப்பேர் செய்ய தங்கள் ஸ்டவ்வை கொடுக்கும்போது உடனடி உபயோகத்திற்கு மாற்று காஸ் ஸ்டவ்வும் தருகிறோம்.

பொருள் :
கொழுப்புச் சத்தில்லாத உணவு

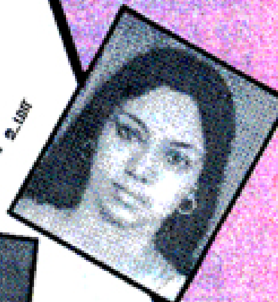
முதல் பரிசு ரூ. 300/-

வெஜிடபிள் ரைஸ் பால்ஸ்

தேவையான பொருட்கள் :

அரிசி குருணை - 4 கப்,
பச்சைப் பட்டாணி - ½ கப்,
பொடியாக நறுக்கின கேரட் - ½ கப்,
பொடியாக நறுக்கின பீன்ஸ் - ½ கப்,
பொடியாக நறுக்கின மாங்காய் - ½ கப்,
ஆடை நீக்கிய தயிர் - 3 கப்,
பொடியாக நறுக்கிய வெங்காயம் - 1 கப்,
பொடியாக நறுக்கிய
கொத்துமல்லி - ½ கப்,





• உமா



• சாரதா



பொடியாக நறுக்கிய தக்காளி - ½ கப்,
ஓமப்பொடி - ½ கப்.
தாளிக்க - கடுகு, சீரகம், கடலைப் பருப்பு, பெருங்காயம், கறிவேப்பிலை, பச்சை மிளகாய், மிளகாய்ப் பொடி, தனியா பொடி, சீரகப் பொடி ஒவ்வொன்றும் ஒரு டீஸ்பூன்,
நல்லெண்ணெய் - 2 டேபிள் ஸ்பூன்.

செய்முறை :

வாணலியில் ஒரு டீஸ்பூன் நல்லெண்ணெய் விட்டுக் காய்ந்ததும் கடுகு, கடலைப் பருப்பு, சீரகம், பெருங்காயம், கறிவேப்பிலை பொடியாக நறுக்கிய பச்சை மிளகாய் போட்டு வதக்கவும். பின் 6 கப் தண்ணீர் ஊற்றி உப்புப் போடவும். நீர் கொதித்ததும் குருணையைக் கொட்டி கெட்டியாகக் கிளறி இறக்கவும். இது நன்கு ஆறியதும் கொய்யாப் பழ அளவிலான உருண்டைகளாக்கி வைத்துக் கொள்ளவும்.

இப்போது வாணலியில் 1 டீஸ்பூன் எண்ணெய் விட்டு சீரகப் பொடி, மிளகாய்ப் பொடி, தனியா பொடி, மஞ்சள் பொடி போட்டு பட்டாணி, கேரட், பீன்ஸ், மாங்காய் உப்பு இவற்றையும் போட்டு 5 நிமிடம் வதக்கவும். பின் அவற்றை நன்கு மசித்து ஆறியதும் எலுமிச்சை அளவு உருண்டைகளாக்கிக் கொள்ளவும். பின் அரிசி உருண்டைக்குள் காய்கறி உருண்டையை வைத்து நீளவாக்கில் உருட்டி ஆவியில்

இம்மாத இல்லத்தரசி

வைத்து (இட்லி போல்) வேகவைக்கவும். வெந்ததும் ஆறவிட்டு இவற்றை குறுக்குவாட்டில் இரண்டாக வெட்டி வைத்துக் கொள்ளவும்.

தயிரை கெட்டியாகக் கடைந்து உப்பு, சீரகப் பொடி, ½ ஸ்பூன் சர்க்கரை சேர்த்துக் கொள்ளவும். உருண்டைகளை அகலமான பாத்திரத்தில் போட்டு பாதி தயிரை அதன் மேல் ஊற்றி வைக்கவும். பரிமாறுவதற்கு முன்பு தட்டில் ஊறிய உருண்டைகளைப் போட்டு அதன் மேல் வெங்காயம், மீதி தயிர், கொத்துமல்லி, தக்காளி, ஓமப் பொடி போட்டுத் தரவும். (முதலிலேயே இவற்றைப் போட்டால் நீர்த்து விடும்).

கொஞ்சமும் கொழுப்புச் சத்தில்லாத இந்தப் பண்டம் வெகு சுவையாக, பார்வைக்கும் கலர் கலராக, குழந்தைகளும் விரும்பி உண்ணக்கூடியதாக இருக்கும்.

- உமா கணேசன், சென்னை - 40.

இரண்டாம் பரிசு ரூ. 200/-

தும்கூர் ஸ்பெஷல்

ராகிக்களி, பல்லார் என்கிற ஒருவகை புளிக் குழம்பு, கீரைப் பொரியல், முள்ளங்கிப் பச்சடி என்கிற சாலட், மோர்க்கஞ்சி.

களி செய்முறை :

திருவாதிரைக்களி செய்வது போல் ராகி மாவு கொண்டு குசிக்கு 2 பிடி நொய்யரிசி சேர்த்து தண்ணீர் இரண்டு கொதி கொதித்து வருகையில் மாவு சேர்த்துக் கிண்ட வேண்டும். செய்யத் தெரியாதவர்கள் தோசை மாவு பதத்தில் ராகி மாவைக் (கேழ்வரகு) கரைத்து குக்கரில் வேகவைத்து எடுக்க அல்வா பதத்தில் நன்கு வெந்திருக்கும்.

பல்லார் என்கிற புளிக் குழம்பு :

துவரம் பருப்பு - 100 கிராம்,
முளைக்கீரை அல்லது சிறுகீரை - 2 பெரிய கட்டு,
புளி - எலுமிச்சை அளவு,
தேங்காய் மூடி - பாதியளவு,
பெரிய வெங்காயம் வதக்கியது - 1,
பெரிய வெங்காயம் பச்சையாக - 1,
சாம்பார்ப் பொடி - 2 ஸ்பூன்,
பூண்டுப் பற்கள் - 10,
கடுகு, சீரகம், கருவேப்பிலை - தாளிக்க,
உப்பு - தேவைக்கேற்ப.

இம்மாத இல்லத்தரசி

சமையல் கூப்பன்

பொருள் : குளிர்ச்சி தரும் உணவு கடைசி தேதி : 15.5.96

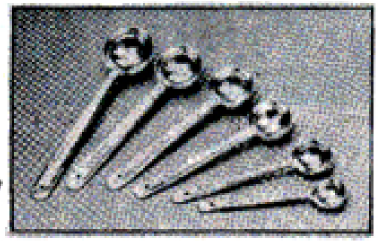
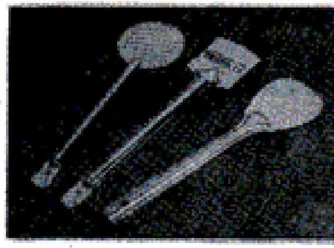
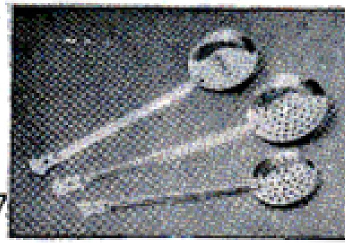
என்ற தலைப்பில் சமையல் குறிப்பை இதனுடன் அனுப்பியுள்ளேன். இச் சமையல் குறிப்பு இதுவரை எந்தப் பத்திரிகையிலும் வெளியானதல்ல என்று உறுதி கூறுகிறேன்.

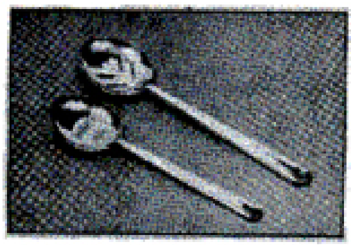
கையொப்பம்

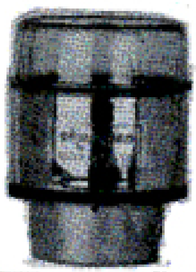
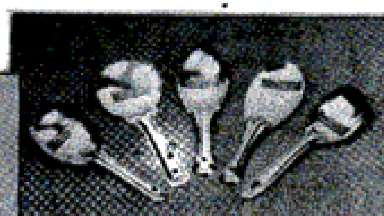
இல்லதரசிகளுக்கு புதிய துணை
சமையல் கலையில் திருப்புமுனை
மில்க் பாய்லர், இட்லி குக்கர்,
வாட்டர் ஃபில்டர், குழிகரண்டி
எல்லாம் தந்திடும்

Murugan

முருகன் மெட்டல் என்றாலே
முகம் மலரும் தன்னாலே


முருகன் மெட்டல் இண்டஸ்ட்ரீஸ்

21, பொன்னப்ப செட்டி தெரு, சென்னை - 3.
போன் : 5350182, 5343412



ராஜாளி® நான்-ஸ்டிக் அதிசயம்
இதுவரை தோசைக்கல், ஃப்ரை பான், கடாய்
மட்டுமே தயாரித்து வழங்கி வந்த ராஜாளி
இப்போது முதன் முதலாக யாரும் பார்த்திராத
புதிய நான்-ஸ்டிக் இட்லி தட்டுகளும், நான்-ஸ்டிக் மில்க் பாய்லரும்
தயாரித்து வழங்கி உங்களை அதிசயத்தில் ஆழ்த்த வந்திருக்கிறது.
தொடர்கிறது...
இதெல்லாந்தான் கிடைக்கிறதே! இதிலென்ன அதிசயம்?!
அதிசயம்தான்!
நான்-ஸ்டிக்கில் இதெல்லாங்கூட கிடைக்குமா?!
மில்க் பாய்லர் கூட ராஜாளி நான்-ஸ்டிக்கா?!
மல்லிகைப் பூ போன்ற மிருதுவான இட்லிகளை தயார் செய்ய
● சாதாரண மில்க் பாய்லரில் உட்புறம் பாலேடு படிந்து கொள்வது போல் ராஜாளி நான்-ஸ்டிக் மில்க் பாய்லரில் ஒட்டாது.
● தொடர்ச்சியாக உபயோகப்படுத்திய பின்பும் கூட பாத்திரத்தில் முந்தய காய்ச்சிய பால் வாசம் இருக்காது. ● சுத்தம் செய்ய எளிது
● வழவழப்பான டெப்லான் உட்புறம் பூச்சினால் பால் திரிந்து போகாது
● இது அகல வடிவமைப்பு பாத்திரமாகையால் எரிபொருள் மிச்சம்
● எண்ணெய் தடவாமலேயே தட்டிலிருந்து இட்லிகளை எடுக்கலாம்.
● இட்லி ஒட்டாததால் மாவு விரயம் ஆகாது.
● நேரமும், எரிபொருளும் மிச்சம். ● தட்டுகள் சுத்தம் செய்வது எளிது.
● எல்லா குக்கர் & இட்லி குக்கர்களிலும் பொருந்தக்கூடியது
● 4 தட்டுகள் மேலும் 6 தட்டுகளாக கிடைக்கிறது
நான்-ஸ்டிக்கில் இவையனைத்தும் கிடைப்பது அதிசயம்தானே!!
❑ தோசைக்கல் (Flat & Concave) ❑ கடாய் ❑ ஆப்பக் கடாய்
❑ இட்லித் தட்டுக்கள் ❑ மில்க் குக்கர்
❑ சாஸ் பான் ❑ ஃப்ரை பான் ❑ ப்ரட் டோஸ்டர்
எல்லா பிரபல பாத்திரக் கடைகளிலும் கிடைக்கும்
ISI முத்திரையினைக் கொண்டது
RAJALI®
HOME EQUIPMENTS
50-A, Appar Swamy Koil Street, Thiruvottiyur, Madras - 600 019. ☎: 543391, 543867

செய்முறை :

கீரையை நன்கு அலசிக் கழுவிப் பொடியாக அரிந்து கொண்டு அரைவேக்காடு வெந்த பருப்புடன் வேகவைத்து வடிகட்டிய நீரை இறுத்தி வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். பின்னர் அத்துடன் தேங்காய், 2 கரண்டி வெந்த பருப்பு, பச்சை + வதக்கிய வெங்காயம் ஆகியவற்றை அரைத்து சாம்பார்ப் பொடியுடன் சேர்த்து புளியைக் கரைத்து விட்டு இரண்டு கொதி வந்தவுடன் இறக்கி கடுகு, சீரகம், பூண்டுப் பற்கள், பச்சைக் கருவேப்பிலை தாளித்துக் கொட்ட களியுடன் தொட்டுச் சாப்பிட நன்றாயிருக்கும். கீரையைப் பருப்புடன் பொரியலாக்கிக் கொள்ள வேண்டும். கீரைக்குப் பதிலாக பீன்ஸ் கூட உபயோகிக்கலாம்.

சுலபமான முறையில் இதனையே பச்சையாக கொதிக்கக் கூட அவசியமின்றி பச்சைப் புளி என்ற படிக்கு துவரம் பருப்பை தொகையலுக்கு அரைப்பது போல் அரைத்துக் கொண்டு, புளியைக் கரைத்துத் திட்டமாக செய்து கொண்டு கடுகு, சீரகம், பூண்டுப் பற்கள் கருவேப்பிலை தாளித்துக் கொட்ட குழம்பு தயார். இந்த வகைக் குழம்பினையும் தொட்டுச் சாப்பிட சுவையாயிருக்கும்.

முள்ளங்கி பச்சடி என்கிற சாலட்

தேவையான பொருட்கள் :

வெள்ளை முள்ளங்கி - 250 கிராம்,
தேங்காய் மூடியில் - பாதி,
பச்சை மிளகாய் - 4,
மிளகு - ½ டேபிள் ஸ்பூன்,
புளி - 2 கொட்டைப் பாக்களவு,
மஞ்சள்தூள் - 1 சிட்டிகை,
உப்பு - ருசிக்கேற்ப,
பச்சைக் கொத்துமல்லித்தழை - கொஞ்சம்.

செய்முறை :

தேங்காய், மிளகாய், மிளகு, புளி, உப்பு என்று அனைத்தையும் நைசாக அரைத்துக் கொண்டு (வாசனை பிடித்தால்) 2 பூண்டுப் பற்களையும் சேர்த்து அரைத்துப் பின்னர் முள்ளங்கியை சேர்த்து ஒன்றிரண்டாக அரைத்து மஞ்சள் தூள், கொத்துமல்லித் தழைச் சேர்த்துக் கலந்து எடுக்கவும். மிக்ஸியானால் முள்ளங்கியைத் துண்டுகளாக்கி ஒரு திருப்புத் திருப்பி எடுக்கவும். இவை பச்சையாக வெள்ளரிக்காய், மாங்காய், நெல்லிக்காய் சாப்பிடுவது போன்று வெறும் வாயில் சாப்பிடக் கூட ருசியாயிருக்கும்.

மோர்க் கஞ்சி :

மோர் சாதம் சாப்பிடுவது போன்று மோரில் தேவையானால் கொத்துமல்லித் தழை, சிறிது பச்சை மிளகாய் பொடியாக நறுக்கிச் சேர்த்து களியுடன் கரைத்துக் குடிக்க, பச்சடித் தொட்டுக் கொண்டு தேவாமிர்தமாய் இருக்கும்.

முதலில் களியுடன் புளிக் குழம்பு சேர்த்துச் சாப்பிட்டு, தொட்டுக் கொள்ள கீரை அல்லது பீன்ஸ் பொறியல் என்றபடிக்கு பின்னர் பச்சடியுடன் கஞ்சி சேர்த்துக் குடிக்க முழு உணவு சாப்பிட்ட திருப்தி கிடைக்கும்.

அரைமணியில் தயாரித்து விடக்கூடிய சுலப பட்ஜெட்டில் ஏழை எளியவர் முதல் அனைவரும் சாப்பிடக்கூடிய சிறிதும் கொழுப்புச் சத்தில்லாத இவ்வகை உணவு கார்போஹைடிரேட், தாது உப்புக்கள், புரோட்டீன் என்று அடங்கிய சரிவிகித உணவுமாகும்.

- ஆர். சாரதா, விசாகபட்டினம்.

பழைய சாதம் மீந்துவிட்டால், அதில் உப்பு சேர்த்து அரைத்து, 1 சிட்டிகை சோடா உப்பு சேர்த்து, வாணலியில் ஊற்றி ஆப்பமாக செய்யலாம். சுவையாக இருக்கும்.

- உமா



மூன்றாம் பரிசு ரூ. 100/-

சலாட் சாஃப்டி

தேவையான பொருட்கள் :

சிரோட்டி ரவை - 100 கிராம்,
தரமான கோதுமை மாவு (1 மணி நேரம் ஊறவைத்து வடித்து வெயிலில் காயவைத்து அரைத்துச் சலித்த மாவு நல்லது) - 400 கிராம்,
தயிர் - 1 கப்,
உப்பு - தேவைக்கேற்ப,
முள்ளங்கி துருவியது - 1 கப்,
கேரட், வெள்ளரிக்காய், பீட்ரூட், வெங்காயம் துருவியது - 1 கப்,
புதினா - 1 கொத்து,

கொத்துமல்லி - 1 கொத்து,
தக்காளி பொடியாக நறுக்கியது - ½ கப்,
நெல்லிக்காய் துருவியது - 2 டீஸ்பூன்,
தேங்காய்ப்பூ - 2 டீஸ்பூன்,
எலுமிச்சை ஜூஸ் - (½ பழம் பிழிந்தது)
உப்பு - சிறிதளவு,
சீட்லெஸ் திராக்ஷை - 25 கிராம்,
சீட்லெஸ் மாதுளை
முத்துக்கள் - 25 கிராம்,
பச்சை மிளகாய் - 2.

செய்முறை :

சுத்தமாக அலம்பித் துருவி வைத்துக் கொண்ட 1 கப் கறிகாய்த் துருவலில் புதினா, கொத்துமல்லியைப் பொடியாக நறுக்கிச் சேர்க்க வேண்டும். மேலாகத் தக்காளித் துண்டுகளையும், நெல்லிக்காய்த் துருவலையும், தேங்காய்ப் பூவையும் சேர்த்து விடவும். இந்தப் பக்குவத்துக்கு நாம் 1 மூடி எலுமிச்சம்பழம் பிழிந்தாலே போதும். காரணம், (ஏற்கெனவே நெல்லித் துருவலில் அளவான அரைப் புளிப்பு இருப்பதால்; பாக்கி அரைப் புளிப்புக்காக 1/2 எலுமிச்சம் பழம் சேர்க்கிறோம்.) இதனுடன் சிறிதளவு உப்பு, மிளகாய், திராக்ஷை, மாதுளை முத்துக்கள் உதிர்த்தது எல்லாமாகச் சேர்த்துக் குலுக்கி ஜூஸ் நன்கு சேரும்படி ஒரு அகப் பையினால் சேர்த்துக் கலக்கிக் கொண்டு விடவும். இதில் எலுமிச்சை அல்லது புளிப்புக் குறைவான பச்சரிசி மாங்காய் துருவிப் போடுவது அவரவரின் டேஸ்டுக்கேற்றதாகும். இது சிறிது ஊறட்டும். அதற்குள்,

சிரோட்டி ரவை, கோதுமை மாவு, தயிர், உப்பு, முள்ளங்கித் துருவல் இவற்றை நன்கு சேர்த்து அடித்து அடித்து இழுத்துப் பிசைந்து கொண்டு ஒரு பேசினில் வைத்து மெல்லிய வெண்மையான துணியினால் ஈரப்பதம் மாறாமல் மூடி விடவும். சுமார் ஒரு மணி நேரம் ஊறியவுடன் மறுபடியும் நன்கு பிசைந்து கொண்டு பரோட்டாவாக இடவும். அப்படியே சுக்கா ரொட்டியாக நான்ஸ்டிக் பானில் போட்டுத் தணலில் காட்டினால் நன்கு உப்பி வரும். விருப்பமானால் துளி மேலாக நெய் அல்லது எண்ணெய் தடவுவதும் நம் விருப்பம்.

இதில் தயிர், ரவை (பதார்ப்பேணி பண்ணும் மிருதுவான ரவை) முள்ளங்கித் துருவல் இருப்பதால் கைக்கு சாஃப்ட் ஆகவும் இருக்கும். கடச்கட இந்த 'சாஃப்டியுடன் சலாட்' சேர்த்துப் பரிமாறினால் இது நல்ல காம்பினேஷனாக இருக்கும்.

— பி.எஸ். கமலம்,
பெங்களூர் - 54.

ஆறுதல் பரிசு ரூ. 50/-

நோன்பு கொழுக்கட்டை

தேவையான பொருட்கள் :

கோதுமை ரவை - 1 ஆழாக்கு,
காராமணி - 1 பிடி,
தேங்காய் மூடி - 1,
உப்பு - 1 டீஸ்பூன்,
கடுகு, சீரகம் - 1 டீஸ்பூன்,
பச்சை மிளகாய் - 4,
எண்ணெய் - 2 டீஸ்பூன்,
பச்சைத் தண்ணீர் - 2 ஆழாக்கு,
அலங்கரிக்க கொத்துமல்லித்
தழை - சிறு கட்டு.

செய்முறை :

தேங்காயைத் துருவி வைத்துக் கொள்ளவும். காராமணியை வறுத்து நன்கு வேக வைத்துக் கொள்ளவும். பச்சை மிளகாயைப் பொடியாக நறுக்கிக் கொள்ளவும். கோதுமை ரவையை லேசாக வறுத்துக் கொள்ளவும்.

வாணலியை அடுப்பில் வைத்து எண்ணெய் விடவும். எண்ணெய் காய்ந்ததும் கடுகு, சீரகம் போட்டு வெடித்தவுடன் இரண்டு டம்ளர் தண்ணீர் விட்டு நறுக்கிய மிளகாய், தேங்காய்த் துருவல், வெந்த காராமணி, உப்புப் போட்டு கொதிக்க விடவும். கொதிக்கும் போது கோதுமை ரவையைக் கொட்டிக் கிளறவும். கெட்டியாக வந்தவுடன் இறக்கிக் கொள்

அரிசி, ரவை உப்புமா செய்யும் போது, காலையில் செய்த கீரை, கூட்டு இவைகளை கொதிக்கும் நீரில் கலந்து பின் கிளறினால், 'கதம்ப உப்புமா' போல் சுவையாக இருக்கும்.

— உமா

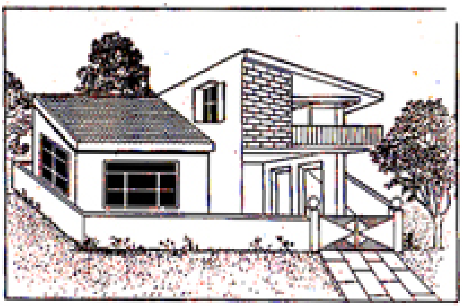


பொன் விளையும் பூமி

கூடுவாஞ்சேரி:

அவ்வை நகர் (1121/95)

ராஜாஜி நகர் (532/95)



ஃபோர்டு கார் தொழிற்சாலை அருகே

வேகமாக வளர்ச்சியடைந்து வரும் கூடுவாஞ்சேரியில் மதிப்பு வாய்ந்த வீட்டு மனைகளை உங்களுக்கு வழங்குகிறது டிஎல்வி. இந்நிறுவனம், இருபது ஆண்டுகளுக்கு மேலாக பல்வேறு துறைகளில் தன் பெயரை நிலை நாட்டியுள்ளது.

மனைகளுக்கான பணம் செலுத்தும் போது வியப்பூட்டும் தள்ளுபடிகள் மற்றும் தங்கப் பரிசுகள் பெறலாம்.

15 தினங்களுக்குள் முழுத் தொகை - 11% தள்ளுபடி + 3 கிராம் தங்ககாசு.

30 தினங்களுக்குள் முழுத்தொகை - 10% தள்ளுபடி + 2 கிராம் தங்ககாசு

60 தினங்களுக்குள் முழுத்தொகை - 5% தள்ளுபடி + 1 கிராம் தங்ககாசு

180 தினங்களுக்குள் முழுத் தொகை - 25% மனைத் தொகை இரண்டு மாதங்களில், மீதி வட்டி இல்லாத தவணைகள்.

இலவசம். மனைக்கு செல்ல வாகன வசதி - காலை 6, 11 மணி. மாலை 3 மணி.

மேற்கொண்டு விபரமறிய எங்களை அணுகவும் :

Quality is Our Strength

டிஎல்வி ஹவுஸிங் & ஃபைனான்ஸ் (பி) லிமிடெட்,

54, பெரம்பூர் பேரக்ஸ் ரோடு, புவனேஸ்வரி தியேட்டர் எதிரில், சென்னை - 600 007.

போன்: 5325311/12/13 ஃபேக்ஸ் : 5325363

20 ஆண்டுகளுக்கு மேலாக நன்மதிப்பை கட்டிக்காப்பவர்கள்

ளவும்.

இந்த மாவை எலுமிச்சையளவு எடுத்து வட்டமாக தட்டி நடுவில் ஓட்டை போட்டுக் கொள்ளவும். எல்லா மாவையும் இப்படி செய்து கொள்ளவும். இட்லி தட்டில் வட்ட மாக தட்டிய கொழுக்கட்டைகளை வைத்து ஆவியில் வேகவைத்து எடுக்கவும். தட்டில் அடுக்கி மல்லித் தழைகளை தூவி வைத்தால் பார்க்க அழகாக இருக்கும். இந்த நோன்பு கொழுக்கட்டை விரத நாட்களுக்கு ஏற்றது. சுவையாக இருக்கும்.

காரத்திற்குப் பதிலாக வெல்லத்தைப் போட்டு வெல்லக் கொழுக்கட்டையாக செய்தும் சாப்பிடலாம்.

– ஹேமாம்புஜவல்லி,
கடலூர் – 1.

“கூடப் பிறந்த சகோதரி என்பவள்
இயற்கை நமக்களித்த சினேகிதி!”

– ஜெர்மன் பழமொழி
தகவல் : ரமா ராமநாதன்

ஆறுதல் பரிசு ரூ. 50/-

பால் கஞ்சி

தேவையான பொருட்கள் :

பொடி புழுங்கலரிசி – 1/8 படி,
பால் – ½ லிட்டர்,
வெள்ளை பூண்டு – 100 கிராம் அல்லது 30 பற்கள்,
இடித்த சுக்கு, சாரணவேர் – தேவையான அளவு,
சீரகம், வெந்தயம் – தேவையான அளவு.

செய்முறை :

குக்கரில் வைப்பதற்கு அளவு 1 பங்கு அரிசி என்றால் 5 பங்கு தண்ணீர் விட வேண்டும். அரிசியைக் களைந்து பாத்திரத்தில் போட்டு, (அரிசி 1/8 படி என்பது நல்ல பெரிய டம்ளர் ஒன்றாகும்.) ஆகையால் 5 டம்ளர் தண்ணீர் விட்டு, அதனுடன் வெள்ளை பூண்டு பற்கள் (உரித்தது), சீரகம், வெந்தயம் போன்றவற்றைப் போட வேண்டும்.

இடித்துப் பொடியாக்கிய சுக்கு, சாரண வேர்களை ஒரு சுத்தமான வெள்ளைத் துணி யில் சிறிய பொட்டலமாகக் கட்டி அதனுடன் போட்டு குக்கரை ஏற்றி விட வேண்டும். குக்கரில் ஆறு அல்லது ஏழு விசில்கள் அல் லது வெயிட் போட்டு 10 நிமிடங்கள் நன்றாக சுற்ற வேண்டும்.

பின் இறக்கி சிறிது நேரங்கழித்து எடுத்து, காய்ச்சிய பாலை ஆடை நீக்கி ஊற்றிச் சேர்க்க வேண்டும். நன்கு கரண்டியால் கலக் கும் பொழுது, பொட்டலத்தை எடுத்து நன்கு கைகளால் பிழிந்து, அந்தச் சாற்றை மட்டும் கஞ்சியுடன் கலக்கிக் கொள்ள வேண்டும். சக் கையைப் பயன்படுத்த வேண்டாம். கை பொறுக்கும் சூட்டிற்கு வந்த பின்பு தட்டில் ஊற்றியோ, டம்ளரில் ஊற்றியோ தேங்காய், பொட்டுக் கடலை கலந்து அரைத்த துவைய லுடன் சாப்பிட வேண்டும்.

தேங்காய் துவையல் : தேங்காய் ஒன்றரை சில் போதும். பொட்டுக் கடலை 100 கிராம் வேண்டும். இரண்டு அல்லது மூன்று மிளகாய் (அ) வற்றலுடன் சிறிது உப்பு, சிறிது புளி, வெ. பூண்டு பற்கள் மூன்றும் போட்டு கறிவேப் பிலை அதிகம் சேர்த்து மேற்சொன்னவற்றை யும் சேர்த்துத் துவையல் அரைக்க வேண்டும்.

இதில், வெ. பூண்டும், சாரணவேரும் நம் உடம்பிலுள்ள வாயுத் தொல்லையை நீக்கும் சக்தி கொண்டது. சுக்கு குடலைச் சுத்தப்படுத் தும். வெந்தயம் குளிர்ச்சிக்கும், சீரகம் ஜீரண சக்திக்கும் ஏற்றது. பாலின் புரதச் சத்து நமக்கு உடல் வலிமை தரும்.

வாரம் ஒருமுறை காலை உணவாக இதனை உட்கொள்ளலாம். வாரம் முழுவதும் நாம் சாப்பிட்ட பல எண்ணெய், மசாலா, கலந்த உணவுகளினால் குடல் அதிக வேலை செய்திருக்கும். இக் கஞ்சியை சாப்பிட்டால் குடலுக்கும் சிறிது ஓய்வு கொடுத்த மாதிரி இருக்கும். குடலுறுப்புகளும் சுத்தமடையும். மதியம் ரசம், இதே துவையல், ஏதாவது பச்சடி வைத்துச் சாப்பிட்டால் அன்று முழுவதும் நம் உடம்பு புடைத்து எடுத்தது போல் அவ்வளவு இலேசாக இருக்கும்.

எங்கள் ஊர்ப் பக்கங்களில் வாரம் தோறும் சனிக்கிழமைகளில் எண்ணெய் ஸ்நானம் செய்து விட்டு பால் கஞ்சி வைத்துச் சாப்பிடுவார்கள். நான் மேற்சொன்ன அளவு களில் இரண்டு பெரியவர்களும், இரண்டு குழந்தைகளும் (15 வயது, 10 வயது) வரை தாராளமாகச் சாப்பிடலாம்.

– எம். சாந்தி மாடசாமி,
தூத்துக்குடி – 3.

Elegance has a name

ASHIKA SAREES



ASHIKA

SAREES
BOMBAY-2

ஆஷிகா ஸாரீஸ்
AVAILABLE AT ALL LEADING SHOWROOMS

Wholesale Distributors :

MADRAS :
J. J. ENTERPRISE, TEL: (044) 58 1117 / 58 2706.
SONA TEX, TEL: (044) 58 5990 / 58 4007.

COIMBATORE :
KOTHARI'S SAREE SADAN,
TEL: (0422) 39 5141 / 39 2683.

BANGALORE :
SUNIL TEX, TEL: (080) 225 6802 / 225 5801.
PEETEX, TEL: (080) 226 9669
SAREE MANDIR, TEL: (080) 226 6485 / 226 3814.
SUNDEEP ASSOCIATES, TEL: (080) 287 3219.

SECUNDERABAD :
PAYAL SAREE CENTRE,
TEL: (040) 81 6203 / 81 2023.

VIJAYAWADA :
PARMESHWARI TEXTILES,
TEL: (0866) 42 1312 / 42 3199.

Check Ashika Symbol on the Pallav before Purchase

BENSONS 96

ஈசன் வழங்கும்

ஐஸ்வர்யம்

91 நாட்கள்

டெபாசிட் சேகரிப்பு விழா

15 ஏப்ரல் முதல் 15 ஜூலை வரை

ஃபிக்சட் டெபாசிட் சேகரிப்பு விழா

ஃபிக்சட் டெபாசிட்

காலம்	குறைந்த பட்ச டெபாசிட்	வட்டி விகிதம்	ஊக்கத் தொகை
6 மாதம்	10,000	24%	1%
1 வருடம் 2 வருடம் 3 வருடம்	10,000	27%	3% 5% 7%

மகளிர் உடனடி வட்டி திட்டம்

டெபாசிட் தொகை	காலம்	உடனடி வட்டி	ஊக்கத் தொகை
10,000	6 மாதம்	900	1%
10,000	1 வருடம்	2400	2%

18% வீதம் 6 மாத வட்டி முன்னதாக வழங்கப்படும். 24% வீதம் 1 வருட வட்டி முன்னதாக வழங்கப்படும்

பென்ஷனர் பெர்பெக்ட் திட்டம்

டெபாசிட் தொகை	காலம்	மாத வட்டி விகிதம்	ஊக்கத் தொகை	முதிர்வுத் தொகை
10,000	24 மாதம்	200	3%	12,000
25,000	24 மாதம்	500	5%	30,000
50,000	24 மாதம்	1000	9%	60,000

க்யூமுலேடிவ் டெபாசிட்

டெபாசிட் தொகை	காலம்	முதிர்வுத் தொகை	வருட வட்டி விகிதம்	ஊக்கத் தொகை
12 மாதம்	10,000	13,000	30%	3%
24 மாதம்	10,000	16,000	30%	5%
36 மாதம்	10,000	20,000	33%	7%
60 மாதம்	10,000	30,000	40%	9%

அறிமுகப்படுத்துபவருக்கு 1% ஊக்கத் தொகை வழங்கப்படும்
மாதந்திர வட்டி பின்தேதியிட்ட காசோலை மூலமாக முன்னதாக வழங்கப்படும்

ஈசன் குரூப் கம்பெனிகள் :

ஈசன் பில்டர்ஸ் ★ பெனிபிட் பண்டு ★ பிராபர்டீஸ் பைனான்ஸ் ★ டிரான்ஸ்போர்ட்

ஈசன் இன்வெஸ்ட்மென்ட்ஸ் (MADRAS)

நெ.66, பாண்டி பஜார் (பனகல் பார்க் அருகில்)
தியாகராய நகர், சென்னை – 600 017. போன் : 4341059, 4345261

ஈசன் – சிறந்த நம்பிக்கை

திருமண மலர்

மணமகள் தேவை

● Alliance invited from Madva Kannada speaking girls for B.Com., 40, 155/7000 p.m. employed in Reputed Financial Giant belongs to Bharathwaja Gothram. Apply with horoscope details to Box No. 12557

● Telugu Brahmin, Vashista, Pooradam, 37 years, graduate, bachelor, Central Govt. Madras Rs. 4000/- p.m. underwent kidney transplantation leading healthy life seeks Telugu Brahmin bride send horoscope with family details to Box No. 12601

● Home-loving, fair, graduate girl, between 29 and 32 from decent family for Vadama, Koundinya, Bharani bachelor 37/157, well settled in legal profession. Box No. 12603

● Vadamal Koundinya, Uthiram, B.Com., 33/185 Multinational Madras employed 5000/- and brother Sadyam, post-graduate, Sugar Tech., 32/175 Multinational employed near Madras 6000/- seeks fair, graduate girl from respectable family. Reply horoscope family details to Box No. 12605

● Alliance invited for Vadamal Boy/Naithrabakasyappa Gothram, Hastam, B.A., 35 years, 167 cms, Business Rs. 20,000/-p.m. employed/unemployed good-looking, subsects no bar. Reply with horoscope and family details to Box No. 12606

● அகமுடையார் கோட்டைப்பத்து பி.ஈ. (எலக்ட்ரிகல் அண்ட் எலக்ட்ரானிக்ஸ்) வயது 25, உயரம் 177 செ.மீ., திருச்சி தனியார் லிமிடெட் கம்பெனியில் இஞ்ஜினியர் ஆகப் பணிபுரியும் பையனுக்கு அதே இனத்தில் டிகிரி முடித்த வயது 21க்குள் உள்ள வேலைக்குச் செல்ல விரும்பாத உயரமான சிவந்த பெண் தேவை. மேற் குறிப்பிட்ட இனம் மட்டுமே விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண் : 12607

● Saiva Vellala Pillai, only son, 28, 178 cm, 6500/-p.m. M.Sc., Maths working as a technician in a private concern, settled in Madras seeks same caste, graduate, fair, good family girl. Contact with horoscope and family details. Box No. 12608

● Alliance invited from employed girls transferable to Madras for Vadamal Koundinya Uthiradam groom 5'.10" height, aged 31 years, practising Lawyer at Madras. Subsects no bar. Box No. 12609

● Madurai based Iyer, Athreya, Swathi, Thiruvannamalai, Brahacharanam, bachelor 40, 163, 10,000/- B.E. Production Engineer in Ltd. concern seeks alliance from employed Brahin Spinsters working at Madurai or transferable to Madurai. Box No. 12610

● Srivatsa, Vadama Iyer Boy, 31/172/5000 Bharani, working in Central Government, seeks graduate fair looking girl. Box No. 12611

● இராஜகுல அகமுடையார் (தேவர்) பட்டதாரி, 33, உயரம் 5'.5", சொந்தத் தொழில் வருமானம் ரூ. 5500/- சொந்த வீடு உள்ள மணமகனுக்கு மணமகள் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். பெட்டி எண் : 12612

● ஐயர், கேரளம், ஹரிதம், மகம், 31/165, அமெரிக்கா வில் பணிபுரியும் அழகான, ஆரோக்கியமான, கால்கள் போலியோவினால் பாதிக்கப்பட்ட வரனுக்கு, ஆங்கில அறிவுள்ள, குடும்பப்பாங்கான எளிய குடும்பத்தைச் சேர்ந்த மணமகள்/பெற்றோர்கள் ஜாதகம், விவரங்க ளுடன் விண்ணப்பிக்கவும். விதவை/விவாகரத்து பெற்ற வர்களும், அய்யங்கார் குடும்பத்தைச் சார்ந்தவர்களும் விண்ணப்பிக்கலாம். பெட்டி எண் : 12613

● Handsome Teetotaller, Vadama, Iyer, Haritha, Makam, Seventh place Kethu, 32/180/10,000 B.Sc., Software Professional Owning Business, seeks slim, good-looking, working graduate respond to Box No. 12614

● Alliance invited for Vadama Iyer Boy, Uchithya Gothram, Swathi (3rd) NRI family, US greencard, Ph.D., 32/5'.7", Computer Professional in Multinational Students/H1 preferred. Reply with horoscope and family details to Box No. 12615

● மாத்வா கன்னட, பசைநாடு, ஆத்ரேய கோத்திரம், பரணி, 30 (பி.எஸ்ஸி.,) 5.7", லிமிடெட் கம்பெனியில் மாதம் 5000 ரூபாய்க்கு மேல் சம்பாதிக்கும் மணமகனுக்கு, 28 வயதிற்குள், வேலைக்குச் செல்லும், பட்டதாரி மணமகள் தேவை. ஜாதகம் மற்றும் குடும்ப விவரங்களு டன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண் . 12616

● தஞ்சாவூர் கள்ளர், அயல்நாட்டில் இஞ்ஜினியராக வேலை பார்க்கும் 29 வயதுடைய பி.ஈ., பட்டதாரிக்கு, தொழிற்கல்வி பட்டப் படிப்புடைய 24/25 வயது கள்ளர் இனத்துப் பெண் தேவை. குடும்ப விவரத்துடனும், பெண்ணின் ஜாதகத்துடனும் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண் : 12617

● Alliance for Brahacharanam, Iyer Boy, B.E./27/165/55/5000/Haritha from Doctor/Engineer/Central/State employed/Affluent. Subsect no bar. Respond with horoscope, family details to Box No. 12618

● Alliance invited from smart good-looking graduate bride for fair, handsome, well-practising Dental Surgeon doing MDS. Vadama 28/168 Rohini, Maudgalya. only son of divorcee Mother. Send horoscope family details to Box No. 12619

● Tirunelveli Saiva Vellala, 26/165/4200, B.A., PGDIR/PM, DLL, (DIP.TD), working in a Limited Company at Delhi, no bad habits, seeks girl from same caste with good character, MCA or ICWAI/CS qualified, willing to work. Write with full details to Box No. 12620

● சௌராஷ்ட்ர குலம், வயது 30, சிவப்பு நிறம், 158 செ.மீ., பி.ஈ., விருத்தாசலம் அருகில் நிரந்தரமான மத்திய அரசில் என்ஜினியர் ரூ.7000/- பாந்த குணமுள்ள மணமக னுக்கு அதே குலத்தில் நன்கு படித்தவர்கள் மற்றும் நல்ல அந்தஸ்துள்ள படித்த இனம் விதவைகள் (குழந்தையில் லாதவர்கள்) தயக்கமும் தாமதமுமின்றி விண்ணப்பிக்கவும். உடன் திருமணம். பெட்டி எண் : 12621

● வடமாள், ஸ்ரீவத்ஸ கோத்திரம், ரேவதி நட்சத்திரம், பி.எஸ்ஸி., சென்னையில் வேலை செய்யும், மத்திய அரசு, மாத வருமானம் ரூ. 5000/- 5'.3", வயது 35, வேலைக்குப் போகும் தகுந்த வரன் தேவை. ஜாதகத்துடன் பெண் குடும்ப விவரம் எழுதவும். பெட்டி எண் : 12622

● MS (USA) Computer Engineer, H1 visa Vadama,

Bharadwajam, Revathi, 31/163 seeks BE/MCA/M.Sc., fair girl from respectable family will also consider girls already in USA. Reply Bio-data, horoscope to Box No. 12623

• Alliance invited from respectable family for Iyer Boy, Kountinyam/aMagam/40/5000/graduate/carrying on established business/reply with horoscope to Box No. 12624

• Alliance wanted from decent family for Iyer, gradaute Boy 38/Vadamal/Kettai/Kowsikam/working in Multinational Company. Reply with horoscope to Box No. 12625

• Delhi based bridegroom (36) Tamil, Vadamal, Bharadwajam, Avittam working in Leading Private Organisation salary Rs. 6500/- seeks suitable alliance either employed or unemployed. Reply to Box No. 12626

• Vadamal, Iyer, Naithruba Kasyapa, Krithigai, 26, 182 cms, CA, ICWA, ACS, employed Senior Manager in reputeed concern requires employed girl above 163 cms. preferably graduates. Box No. 12627

• Alliance invited for Kousika, Vadama, Hastam Boy, B.Com., DSM, 27 years, 5'.11", employed in Ltd Company in Bombay employed girls preferable apply with horoscope to Box No. 12628

• தஞ்சை சைவ வெள்ளாளர், 30/160 செ.மீ., /பூராட்டாதி/ டி.எம்.ஈ./3000 அண்ணாமலை யுனிவர்சிட்டி வரனுக்கு அதே இனம் ஆசிரியை/அரசுப் பணியில் (மாற்றலாகக் கூடிய) உள்ள மணப்பெண் தேவை. ஜாதகம் மற்றும் விவரங்களுடன் தொடர்பு கொள்க. பெட்டி எண் : 12629

• Alliance invited for Haritha Boy 32/8000/S.S.C., Rohini, employed in Gulf. Owning a flat in Bombay. Subsects no bar. Box No. 12630

• எலக்ட்ரானிக்ஸ் படித்து சென்னையில் பிரபல செய்தி நிறுவனத்தில் 4200 சம்பளம் பெறும் வசதியான 25 வயது வெள்ளாளப் பிள்ளை மணமகனுக்கு வேலையுள்ள மணமகள் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். பெட்டி எண் : 12631

• Alliance for Nationalised Bank, near Delhi employed Affluent Vellala Pillai Boy, MA/27/180/5200 Subsect welcome transfer South Awaited. Box No. 12633

• நாட்டுக்கோட்டை நகரத்தார் மாத்தூர் மணலூர் மணமகள், பள்ளிப் படிப்பு, தொழில் இன்வெஸ்ட்மெண்ட், மாத வருமானம் 5000/- வயது 25. படித்த 25 வயதுக்கு மேற்படாத பிற பிரிவு மணமகன் தேவை. இயன்ற முறையில் திருமணம். ஜாதகத்துடன் எழுதவும். பெட்டி எண் : 12634

• Iyer, Vadamal, Bharadwaja, Thiruvathirai, B.Sc., (CT), Systems Engineer, U.S.A., 28, 5'.10½", seeking alliance from fair, good-looking B.Com., girl, Preferably Bombay based. Box No. 12635

• Delhi based Palghat Iyer Boy, Brahacharanam, Shadmarshanam, Kettai, 31, 165 cms, fair, BA, passed CG Competitive exam, employed New Delhi 4200 left eye injured childhood accident normal activities. No demands. girl family background Main consideration. Reply with horoscope to Box No. 12636

• Kannada Devanga Chettiar, age 42, Swathi star, Engineer, self employed, Coimbatore based, Decent family, Clean habits, seeks educated bride. Reply with horoscope and details to Box No. 12637

• Alliance for Ashtasahasram, Bharadwaja, Tamil Iyer, 41/178, Mangager Nationalised Bank from fair, employed/unemployed graduate girls from decent family. Subsects no bar. Horoscope, details to Box No. 12638

• Alliance for Ashtasahasram, Srivatsa Tamil Iyer Naval Doctor 31/172 cms working simultaneously studying M.S. from fair, girls graduates, doctors, professionals from decent family. Subsects no bar. Horoscopes details to Box No. 12639

• Alliance invited from parents of girls employed in Bombay for fair boy, 30, Sreevathsa, Vadama, Sathayam, 5'.5", graduate Computer Diploma Rs. 5000/- Reply with horoscope and details to Box No. 12640

• தஞ்சாவூர் சைவப் பிள்ளை, வயது 31, உயரம் 175 செ.மீ., சிவந்த நிறம், எம்.காம்., எம்.பி.பில்., (பி.எச்.டி) கல்லூரியில் விரிவுரையாளர் வேலை பார்க்கும் வசதிமிக்க வரனுக்கு அதே இனத்தில் மணமகள் தேவை. பெட்டி எண் : 12642

• முதலியார், தமிழ் மஹாராஷ்ட்ரா சகோதரர்கள், 32/31 சதயம்/திருவோணம் பி.காம்., டெக்ரி., உயரம் 5'.10", அரசு, நல்ல வேலை, தமிழ் நல்ல குடும்பத்து முதலியார்/ பிள்ளை பெண் தேவை. பெண் விவரம்/ஜாதகம் இணைத்து விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண் : 12643

• Adidravida Engineer, DMTMR (IIIE) Public Sector, Madras, 27/169/5200 seeks tall, fair, employed graduate bride. Reply with horoscope to Box No. 12644

• Kannada Devangar Chettiar, Gothram Manumaharishi, Subsection Balidhar, Bridegroom, age 27, 180cm/ Uthirattadhi/BE Civil fair, own business, Rs. 10,000- p.m.alliance invited from BE/MCA/B.Com bride contact to Box No. 12645

• Alliance invited from Non-Athreya Unemployed or employed for Boy Vadagalai, Iyengar, Thiruvonam, 32/ 168/Rs.3,000/- p.m. doing own business at Madras. Contact with horoscope to Box No. 12646

• வடகலை, கௌசிக கோத்திரம், பூராடம், +2, 29 வயது, சம்பளம் ரூ. 3000/- தனியார் கம்பெனி, டிகிரி படித்த பெண் தேவை. பெட்டி எண் : 12647

• ஐயர், வடமாள், பாரத்வாஜம், பூரட்டாதி, 30/5'.5", 4800/B.Com.,D.Pharm/அரசாங்க வேலை/clean habits உள்ள வரனுக்கு அதே வகுப்பைச் சேர்ந்த, பட்டதாரி, வேலை பார்க்கும், (transferable job in tamilnadu) அவசியம், வியாதியில்லாத, clean habits உள்ள பெண் தேவை. குடும்ப விவரங்கள் ஜாதகத்துடன் தொடர்பு கொள்க. பெட்டி எண் : 12648

• Iyer, Brahacharanam, Haritha, Aswini, Handsome, 27/ 5'.11", 70kgs, Diploma Electronics, reputed company, UAE decent salary. Youngest from good family, good habits. Prefer fair qualified, employed girl. Subsect no bar. Send horoscope with family details to Box No. 12650

• Suitable Hindu, Vanniar bride for Scheduled Bank employee, age 29/160 salary 3500p.m. Reply with horoscpe to Box No. 12651

• Wanted good-looking graduate bride below 34 years for fair, god fearing graduate Vadama Bharatwaj, self employed bachelor 41 years. Sathayam. Apply to Box No. 12652

• தமிழ் விஸ்வகர்மா, 36, 160 செ.மீ., டி.எம்.ஈ., ரூ. 5000/- உத்திரம், பொதுத்துறை பணியிலுள்ள வரனுக்கு நல்ல அழகான, குடும்பப்பாங்கான மணமகள் தேவை. ஜாதகம் குடும்ப விவரங்களுடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண் : 12653

• Kashyapa Iyer, Engineer/B.E., M.S./40/182/25,000/ Deputy General Manager in reputed Company/early marriage send horoscope to Box No. 12654

• Parents of Iyer, Vadama, Bharadwaja, Maham, 5'.11", 27 years, B.A., working in renowned private company, Rs. 6000/- seek musically inclined graduate, unemployed Vadama girl below 23 years. Box No. 12655

• Palakkad Iyer Vadama, Kausikam, 1953, Revathi, 165 cm, fair, T.N.Govt., Rs. 3800/- clean habits needs fair, slim, employed/unemployed girl upto 36 years. Early marriage. Contact to Box No. 12656

• Alliance for Thengalai Boy, Bhargawa, Magam, 175 cm, B.Com., 32 years, 3500/- Clerk, Telecom Dept., Madras.

புரசைவாக்கம் கிளையில்

ஒளிமயமான இரண்டாம் ஆண்டு நிறைவு விழா

மே 20, 1996 வரை

விவேகமான முதலீடு, வியப்பூட்டும் பரிசுகள்

எங்கள் புரசைவாக்கம் கிளை இரண்டாம் ஆண்டு நிறைவை முன்னிட்டு சுவையான போட்டி, சிறப்பான பரிசுகள்

ரூ. **5,000/-** பெறுமான நகை வாங்கவும்! அல்லது ரூ. **5,000/-** க்கு பிக்சட் டெபாசிட் ஒன்றை துவக்கவும்!

போட்டி நுழைவு கூப்பனை பெற்றுக் கொண்டு ஒரு சில விபரங்களை குறிப்பிட்டு, போட்டிக்கான வாக்கியங்களை பூர்த்தி செய்யவும். அவ்வளவுதான். ஒரு அழகிய பரிசை பெறும் அதிர்ஷ்டசாலி நீங்களாகவே இருக்கலாம். உங்கள் பிக்சட் டெபாசிட் **28%** வட்டி **+ 6%** ஊக்கத் தொகையையும் ஈட்டித்தரும்.

ஒவ்வொரு ரூ. 10,000/ - முதலீடு செய்பவர்களுக்கு **1 கிராம் தங்க நாணயம் அன்பளிப்பு**

இல்லை செய்கூலி சேதாரம்

இலவசம் : கல், முத்து, பவளம்

1 ஆம் பரிசு
மாருதி எஸ்டீம்



2 ஆம் பரிசு
கைனடிக் ஹோண்டா
(தலா ஒன்று என இரண்டு நபர்களுக்கு)



3 ஆம் பரிசு



2 கிராம் தங்க நாணயம்
(தலா ஒன்று என 101 நபர்களுக்கு)

தேவி கோல்டு ஹவுஸ்

தங்க நகை மற்றும் டெபாசிட் பிரிவு

★ நெ. 59, உஸ்மான் ரோடு, தி.நகர், சென்னை 600 017. போன் : 4341717, 4341919
★ நெ. 65, புரசைவாக்கம் நெடுஞ்சாலை, புரசைவாக்கம், சென்னை 600 007. போன் : 5324477, 5324499

டெபாசிட் பிரிவு

- ஷா காம்ப்ளெக்ஸ், 59, எல்.பி. சாலை, அடையாறு, சென்னை 600 020. போன் : 417144
- ஓபிஸ் லக்ஷ்மணா பில்டிங், 146, இராயப்பேட்டை நெடுஞ்சாலை, முதல் மாடி, லஸ், மைலாப்பூர், சென்னை 4. போன் : 4995579
- தேஜ்ரா டவர்ஸ், ப்ளாட் 4909, ஏஎி-2, இரண்டாவது நிழற் சாலை, அண்ணாநகர், சென்னை 600 040. போன் : 6281152
- 34, முதல் அவென்யூ (பாங்க் ஆப் மகாராஷ்ட்ராவிற்கு அடுத்து) அசோக் நகர், சென்னை 83. (சொந்தக்கட்டிடம்) போன்: 4896566
- 7, குடஸ்ஷெட் தெரு, முதல் மாடி, மதுரை 625001.
- ARPEE சென்டர், கீழ் தளம், N.S.R. ரோடு, சாய்பாபா மிஷன், ஸ்ரீ வள்ளி பஸ் ஸ்டாப் (அருகில்) கோயம்புத்தூர் 641 011.
- 1-B, ஒப்ளி டவர்ஸ், 594, D.B. ரோடு, ஆர்.எஸ்.புரம், கோயம்புத்தூர் 641 002.

யார் சொன்னது?

படித்து நிரந்தரமான நல்ல வேலையில் உள்ளவர்களுக்கு
மட்டுமே பென்ஷன் என்று?

நீங்கள் சிறு வியாபாரியா, சாதாரண வேலையில் இருப்பவரா?
விவசாயியா? பென்ஷன் இல்லாத வேலையில் இருப்பவரா?
அல்லது இனிமேல் தான் நீங்கள் வேலையில் சேரவேண்டுமா?

இதோ உங்கள் அனைவருக்கும், வரும் அடுத்த 20 அல்லது 30
ஆண்டுகள் முடிவில் உங்களது இன்றைய வயதுக்குத் தக்க
ஓய்வு பெறும் காலத்தில்

மாதம் ரூ. 2000/- முதல் 13000/- வரை பென்ஷன் பெறலாமே!

இதற்கு நீங்கள் செய்ய வேண்டியதெல்லாம்
உங்கள் நிதி நிறுவனமான
கோவை கம்மவார் சாசுவத நிதியின் ஓர் அங்கமான,
கம்மவார் கேபிடல் கிளப்பில் ஆயுள் உறுப்பினராகி ரூ. 5000
மட்டும் முதலீடு செய்வதே மற்றவையெல்லாம் கோவை
கம்மவார் சாசுவத நிதி லிட் மற்றும் கம்மவார் கேபிடல்
கிளப்பின் கடமைகள்.

கம்மவார் கேபிடல் கிளப்பின் ஆயுள் உறுப்பினர்களின்
எண்ணிக்கை வரையறுக்கப்பட்டுள்ளதால் முந்துங்கள், உங்கள்
ஓய்வு ஊதியத்தை உறுதி செய்து கொள்ள.



Kammavar Capital Club

Kovai Kammavar Permanent Fund Limited

(Incorporated under the Indian Companies Act 1956)
(No. 18-31032 of 1995)
1310, Avinashi Road, Peelamedu, Coimbatore - 641 004.

பென்ஷன் பென்ஷன் பென்ஷன் பென்ஷன் பென்ஷன் பென்ஷன் பென்ஷன்

திருமண மலர் பகுதியில் விளம்பரம் செய்யக் கட்டணம் ரூ. 100/- தொகையை, 'மங்கையர் மலர்' பெயருக்குச் சென்னையில் மாற்றலாகக்கூடிய டிமாண்ட் டிராப்டாக மட்டுமே அனுப்ப வேண்டும். மணியார்டரோ, போஸ்டல் ஆர்டரோ ஏற்றுக் கொள்வதற்கில்லை. ஒரு விளம்பரத்தில் ஒரு வரனுக்கு 30 வார்த்தைகளுக்குள் விவரங்கள் தர வேண்டும். திருமண மலர் பகுதியில் விளம்பரம் செய்பவர்களின் விலாசங்களைக் கொடுப்பதற்கில்லை. விளம்பரங்களுக்குப் பதில் அனுப்புபவர்கள், 'விளம்பரதாரர், பெட்டி எண் : C/o. மங்கையர் மலர், 47, ஜவாஹர்லால் நேரு சாலை, ஈக்காடுதாங்கல், சென்னை - 600 097' என்ற விலாசத்திற்கு அனுப்ப வேண்டும். தபால் பெட்டி எண்ணிற்கு வரும் கடிதங்களை அதற்குரிய விலாசத்திற்கு 15 நாட்களுக்கு ஒருமுறை அனுப்பி வைக்கப்படும். தபால் செலவிற்குத் தனிக் கட்டணம் எதுவும் கிடையாது. இந்த இதழில் பிரசுரமாகும் பெட்டி எண்களுக்குப் பதில்கள் ஜூன் '96 30-ஆம் தேதிக்குள் எங்களுக்கு வந்து சேர வேண்டும். திருமண தகவல் நிலையங்கள் அனுப்பி வைக்கும் தபால்களை எங்கள் அலுவலகம் ஏற்றுக் கொள்வதில்லை. தனிப்பட்ட எந்தக் கடிதப் போக்குவரத்தும் கிடையாது.

Girls from decent family. Send details to Box No. 12657

- Kerala Iyer, Brahacharanam, Kaushika Gothram, Makam, 175/32/5000, B.Com., Employed Private Company at Vijayawada Branch, seeks good-looking graduate bride preferably Keralite. Subsect no bar. Reply with horoscopes to Box No. 12658
- முதலியார், உயரம் 5.7'', ரூ. 3000/- எம்.ஏ.பி.எட்., எம்.ஃபில்., தமிழாசிரியராகப் பணியாற்றும் திருக்குறள் பற்றுமிக்க இளைஞருக்கு உயர்ந்த இலட்சியமும், தமிழ்ப் பற்றும், பண்பாடும் மிக்க பெண் தேவை. எம்மதமும் சம்மதம். பெட்டி எண் : 12659
- ஐயர், வடமாள், பாரத்வாஜ கோத்திரம், உத்திரம், பட்டதாரி, வயது 29, உயரம் 5'.5'', சென்னையில் மத்திய அரசு பணியில் (A.G.'s office) மாத வருமானம் ரூ. 3100/- உள்ள வரனுக்கு வேலை பார்க்கும்/ வேலை இல்லாத பட்டதாரி மணமகள் தேவை. பெட்டி எண் : 12660
- வடமாள், கௌண்டின்ய, சதயம், 36 வயது, 5'.6'', பி.எஸ்ஸி., சென்னையில் வேலை (Sarabhai Medical Representative) மாதம் ரூ. 6000 +டி.ஏ. ரூ.2000 சம்பளம் வாங்கும் பையனுக்கு சென்னையில் வேலை பார்க்கும் பட்டதாரி பெண் தேவை. ஜாதகத்துடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண் : 12661
- வடமாள், ஹரித கோத்திரம், பரணி, உத்திராடம், அவிட்டம், 40, 35, 32. தனியார் நிறுவனம் 2000, 1800, 1800. எந்தத் தீய பழக்கங்களும் இல்லை. இடைத் திரமானவர்கள் அதே பிரிவில் மணமகள்கள் தேவை. மனப்பொருத்தமும் ஏற்றுக் கொள்ளப்படும். உடன் திருமணம். பெட்டி எண் : 12662
- கார்காத்தார், 29, 5'.7'', சிவப்பு, ஐ.டி.ஐ. படித்து விட்டு சென்னையில் மோட்டார் வைக்கிள் உதிரி பாகங்கள் மொத்த விற்பனை செய்யும் நல்ல வருமானமுள்ள மணமகனுக்கு அழகான, குடும்பப்பாங்குள்ள, பரந்த மனப்பான்மையுடைய படித்த மணமகள் தேவை. ஜாதகத்துடன் அணுகவும். போன் : 486949/422643. பெட்டி எண் : 12663
- ஐயர், வடமாள், கௌண்டின்ய, சித்திரை 1-ம் பாதம், எஸ்.எஸ்.எல்.சி., சமையல் 35/1500 வேலையில் உள்ள மணமகள் தேவை. ஆயில்யம், மூலம் தவிர மனப் பொருத்தம் நட்சத்திரப் பொருத்தம் தேவை. விவாகரத்து ஆனவர்கள் விண்ணப்பிக்கலாம். பெட்டி எண் : 12664
- இந்து பள்ளர் தேவேந்திரகுல வேளாளர், வயது 35, உயரம் 170செ.மீ., மாநிறம், B.Sc., employed as clerk in Indian Bank near Madras. வங்கியில் வேலை பார்க்கும் நல்ல சிவந்த நிறமுடைய அழகான 30 வயதிற்குள் உள்ள அதே இன பெண் தேவை. குடும்ப விவரம், ஜாதகத்துடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண் : 12665
- Hindu Pallar, Devendra Kula Vellalar, age 32, 175 cms, B.E., (Mechanical) working in Madras as Aerodram Officer, Wanted from good-looking suitable professional girls employed, below 28 years, Contact with family and horoscope details. Box No. 12666
- Alliance invited for Vadamal Boy, Bharadwaja Gothram, Moolam(4), fair, handsome, BE (Elect. Electronics), 29, 5'.11'', 1200 employed in Pvt. Co., own flat, from qualified employed fair girls. Reply with horoscope and family details. (Preferable Madras based) Box No. 12667
- சென்னையில் சொந்த வீடும், சொந்த வியாபாரம் உள்ள மாத வருமானம் ரூ. 15,000/- துளுவ வேளாளர், (முதலியார்) குலத்தைச் சேர்ந்த 27 வயதுடைய பையனுக்கு அழகான (நல்ல நிறம்) உள்ள பெண் தேவை. ஜாதகத்துடன் அனுப்பவும். பெட்டி எண் : 12668
- 37 வயது, பி.யு.சி. வரை படித்துள்ள, பள்ளி நடத்தும் சைவப் பிள்ளை மாப்பிள்ளைக்கு முதலியார், பிராமின், செட்டியார் அல்லது வேறு ஜாதியில் 30 வயது பெண் தேவை. விதவை, விவாகரத்துப் பெண்கள் தேவையில்லை. வேலை பார்க்கும் (அ) பார்க்காத பெண் தேவை. படிப்பு 5 (அ) 8வது வரை. பெட்டி எண் : 12679
- Iyer, Athreya Vadama, Uthram fourth padam, 34/157/3800 Railways Predegree slightly handicapped no deformity self reliant Keralite seeks broadminded brides. Simple marriage. no demands. Box No. 12680
- சௌராஷ்டிரா விப்ரகுல வௌனக கோத்திரம், 26/5'.6''/7000. பி.ஈ., எம்.பி.ஏ. படித்த தனியார் நிறுவனத்தில் பணிபுரியும் நற்குணமுடைய மணமகனுக்கு எம்.பி.பி.எஸ்., படித்த (அ) படித்துக் கொண்டிருக்கும் அதே குலத்தைச் சார்ந்த அழகிய, நற்குணமுடைய மணமகள் தேவை. (வயது 23க்குள் இருத்தல் மிக நலம்). நல்ல குடும்பத்தைச் சார்ந்த வரன்கள் ஜாதகம் குடும்ப விவரங்களுடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண் : 12681
- Alliance invited from accomplished fair, smart girls professionals employed/home loving for a Company Secretary 36/173/12,000 Srivatsa, Vadama, Revathi employed at Madras. Subsects no bar. Box No. 12682
- சிங்கப்பூர் கம்ப்யூட்டர் இன்ஜினியர் 40,000 மாத வருமானம், கோவையைச் சேர்ந்த கவர நாயுடு 30/175 பரந்த மனப்பான்மையுள்ள நல்ல நிறமுள்ள மணமகனுக்கு, நல்ல நிறத்துடன் அழகுள்ள குடும்பப்பாங்கான மணமகள் தேவை. ஜாதி தடையில்லை. பெட்டி எண் : 12683
- செங்குந்தர், வயது 30, 165 செ.மீ., B.E., PGDBA, உயர்ந்த அந்தஸ்தில் உள்ள, வெளிநாட்டில் (சார்ஜா)

பணிபுரியும் அழகான வரனுக்கு நல்ல அந்தஸ்தில் உள்ள, அழகான, எம்.பி.பி.எஸ்., பி.ஈ. படித்த அதே இனத்தைச் சேர்ந்த மணமகள் தேவை. பெட்டி எண் : 12684

- ஐயர், வடமாள், ஸ்ரீவத்ஸ கோத்திரம், ஆயில்யம், 33 வயது, 5'.5", ரூ. 2500/- 'Chennai Bottlers' தனியார் கம்பெனியில் மாத வருமானம் வாங்கும் எஸ்.எஸ்.எல்.சி. வரை படித்துள்ள மணமகனுக்கு அதே இனத்தைச் சேர்ந்த வேலைக்குச் செல்லும்/செல்லாத மணமகள் தேவை. பெட்டி எண் : 12685
- கவரை நாயுடு, வயது 25, மாநிறம், உயரம் 6 அடி, +2, நடுத்தர வகுப்பைச் சேர்ந்த, தனியார் துறையில் மாதம் ரூ. 4000/- சம்பளம் பெறும் மணமகனுக்கு, மணமகள் தேவை. நாயுடு உட்பிரிவுகள் மற்றும் பிள்ளை, முதலியார் சம்மதமே. பெட்டி எண் : 12686
- Kongu Vellala Gounder (Narambukattee) Boy M.A. 34/153 cm, Central Govt. Cashier, transferable seeks graduate girls based in Periyar Dist. of same or subsects. Reply with horoscope and family details to Box No. 12687
- Madras, Hindu, Engineer, 48, small industrialist needs, qualified, wealthy, self decision making, lady around 40-45. No bars. But full details required. Box No. 12688
- B.Tech, Bharadwaja, Vadama, Software UK Anuradha 30/175 seeks professionally qualified girl horoscope bio-data to Box No. 12689
- வன்னியர் இன, 29 வயதுள்ள, பி.காம்., சொந்த பிசினஸ், 4000/- வருமானம், பூரம் நட்சத்திரம், நல்ல குணமுள்ள, தோற்றமுள்ள வரனுக்கு குடும்பப்பாங்கான, நல்ல குணமுள்ள, தோற்றமுள்ள படித்த மணமகள் தேவை. ஜாதி பொருட்டல்ல. குடும்ப விவரம் மற்றும் ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண் : 12690
- வடகலை, ஸ்ரீவத்ஸம், மூலம் வயது 27, 5'.9", தனியார் நிறுவனம் ரூ. 4500, சம்பாதிக்கும் பையனுக்கு அரசு/தனியார் நிறுவனத்தில் பணிபுரியும் பெண் தேவை. ஜாதகம், விவரங்களுடன் தொடர்பு கொள்க. பெட்டி எண் : 12691
- Sri Kauneegar 25/178, System Analyst working USA on H1-B Visa, seeks graduate girl of same caste, suitable height, fair complexion. Box No. 12692
- இந்து கவுண்டர், 24/6"/பி.ஈ., எம்.பி.ஏ. மாதம் ரூ. 5000/- மதுரையில் சேல்ஸ் எஞ்ஜினியர்/தகப்பனார் பாங்க் மானேஜர், திருமணமான சகோதரி, கல்லூரியில் பயிலும் சகோதரன்/வசதியும், பண்பான குடும்பம் மணமகனுக்கு, அதே இனம், அல்லது உட்பிரிவில் டாக்டர், எஞ்ஜினியர், முதுநிலை பட்டதாரி மணமகள் தேவை. பெட்டி எண் : 12693
- கார்காத்த வெள்ளாளர், பி.ஈ., வயது 30, உயரம் 5'.11", சம்பளம் 5000 மாநில அரசுப் பணியில் பணிபுரியும் மணமகனுக்கு மணமகள் தேவை. ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண் : 12694
- கார்காத்த வேளாளர், சைவம், 29, 179 செ.மீ., பூரம், எம்.எஸ்ஸி., பெங்களூரில் தனியார் கம்ப்யூட்டர் நிறுவனத்தில் ரூ. 6500/- மாத வருமானமுள்ள பையனுக்கு, செவ்வாய் தோஷமுள்ள, குடும்பப்பாங்கான, பட்டதாரி மணமகள் தேவை. ஜாதகம், குடும்ப விவரத்துடன் அணுகவும். பெட்டி எண் : 12695
- ஐயர். வடமாள், ஆத்ரேய கோத்திரம், நட்சத்திரம் ரோகிணி, வயது 29, படிப்பு எம்.ஈ., உயரம் 168 செ.மீ., தொழில் [illegible] டி.வி.எஸ்., 7 வருட சர்வீஸ் உள்ள மணமகனுக்கு மணமகள் தேவை. பெண்ணின் படிப்பு B.E., M.C.A., CA, ICWA, MBA, MBBS நல்ல குடும்பப் பெண்ணாக இருக்க வேண்டும். பெட்டி எண் : 12697
- Tamil, Iyer, Gowthama, Visakam, 31/165 B.Sc., PGDPPT (CIPET) PGDCA B.Ed., fair, working as Junior Asst. in Health Dept. seeking alliance from fair, good-looking, good family graduate girls transferable/employed/unemployed. Keralites prefered. Subsect no bar. Reply to horoscope with family details to Box No. 12698
- இந்து, ரோகிணி, வயது 29, உயரம் 165 செ.மீ., புதுவை அரசு ஊழியனாக (Group 'D') பணிபுரியும் மாதம் ரூ. 2350+350 வருமானமுள்ள வரனுக்கு வசதியான (அ) அரசு வேலையுள்ள படித்த பெண் தேவை. எம்மதமும் சம்மதம். பெட்டி எண் : 12699
- Catholic Mudaliar, Advocate, 26, 5'.11", strong background, handsome, affluent family seeks, educated, fair, beautiful homely, god fearing girl, below 24 from decent family. Caste no bar. Contact Box No. 12700
- Vadamal, Bharathwaja, 36 years, 5'.7", Pooradam, SSLC., smart, well settled having own business at Pune seeks alliance from good-looking homely girls. Send horoscope details to Box No. 12701
- Alliance invited for Vadama, Srivatsa B.Com., employed reputed Newspaper 36/168/6000 from graduate employed/unemployed girls. Horoscope details to Box No. 12702
- Thengalai Iyengar, Businessman, aged 50, income 5 lakhs per annum, seeks alliance around 30 good looking from Brahmin. Widow/divorcee without encumberance also may write. Box No. 12703
- Alliance invited for Thenkalai Iyengar Boy, Kousigam, Revathi, 29, M.Com., employed reputed company, Rs. 4000/- p.m. 5'.6" fair, from Central/State Govt, reputed company employed graduate girls with horoscope to Box No. 12704
- கேரளா ஐயர், வடமாள், பாரத்வாஜம், கிருத்திகை 1-ம் பாதம், சுக்கிரன் 8ல் உள்ள, 36, (பி.ஏ.) 158 செ.மீ., மாநிறம், 3500/- நிரந்தர சென்னை மாநகராட்சி டைப்பிஸ்ட் வரனுக்கு, நல்ல குடும்பத்தைச் சேர்ந்த, அழகான, 32 வயதிற்குட்பட்ட, படித்த வேலையில் உள்ள/இல்லாத குடும்பப்பாங்கான பெண் தேவை. பெட்டி எண் : 12705
- Alliance invited for Brahacharanam/Aswini, Kousigam, 35 years/P.U.C./Rs. 3500/- Public Limited Company from employed brides. Parents send horoscope to Box No. 12706
- Brahacharanam, Bharadwajam, Anusham, B.Com., ICWA, Inter/25/163/6000 Officer in a reputed Group of Companies at Madras looking for fair, good looking, home loving graduate girl of same sect. Employment not a must. Box No. 12707
- அகமுடைய முதலியார், புனர்பூசம் 1-ஆம் பாதம், செவ்வாய் 12ல் வயது 26, B.Sc., RMP.D. MAG, 5'.7", மாநிறம், ஒல்லியான உருவம் உள்ள மருத்துவக் கருவி தயாரிப்பும், சொந்த வீடு, வசதியானவர்க்கு, முதலியார் உட்பிரிவுகளில் பெண் தேவை. பெட்டி எண் : 12708
- Alliance for a Boy 27 years, handsome, decently employed Sales Engineer, Madras, Uthram, only son, sister married affluent Medico Family, Telugu Mullikanadu Srivatsa, Tanjore origin from good looking, tamil speaking, employed Brahmin girls subsect no bar. Correspond with horoscope to Box No. 12709
- ஸ்ரீவத்ஸ கோத்திரம், அஸ்த நட்சத்திரம், வயது 27, தனியார் நிறுவனத்தில் மாதம் 2700/- வேலை பார்க்கும் வரனுக்கு தென்கலை படித்த வேலைக்குப் போகும் மணமகள் தேவை. பெட்டி எண் : 12710
- Alliance invited from Sengunthar, fair, good-looking, Computer Oriented graduate girls for Sengunthar, good looking Boy, Uthiram, 28/174/7000 M.Sc., (Comp. Science), employed in a Multinational Software Co., Madras. Reply with horoscope details to Box No. 12711
- Correspondence invited from Brahmin Lady, widower or divorcee, employed or propertied for an officer in a

VBC

VIJAYA BUSINESS CREDITS LTD

W-100, "VIJAYA COMPLEX", 2nd Floor, 2nd Avenue, Anna Nagar, Madras - 600 040. Phone : 626 7777.

An Associate of VIJAYA CONSTRUCTIONS, *Anna Nagar*

100% GROWTH IN DEPOSITS

Reputation Before Prosperity is our Guiding Principle

OUR SERVICES

- ✔ PUBLIC DEPOSITS
- ✔ HIRE PURCHASE SCHEME
- ✔ LEASING

Rate of Interest on Deposits 15% P.A.
and above, as per the Guidelines of the RESERVE BANK OF INDIA

Financial Support Under Hire Purchase Scheme for Motor Cycles, Scooters and Cars

EASY TERMS, LOWER RATE OF INTEREST. 2% REBATE ON INTEREST FOR PROMPT PAYMENT

for SAFETY, SINCERITY & SERVICES :

Look at VBC

for further details, please call on us.

M.S. VARADARAJAN
Executive Director

K. NALLIAPPAN
Chairman



Vasundhra
(M.A., Dip, BTHD. Cosmetologist)

"THE VISIBLE DIFFERENCE" HERBAL BEAUTY CLINIC & SCHOOL OF COSMETOLOGY

"தி விஸிபிள் டிபரன்ஸ்" ஹெர்பல் பியூட்டி கிளினிக் அண்டு ஸ்கூல் ஆஃப் காஸ்மெட்டாலஜி

BEAUTY CARE

SKIN CARE,
FACIALS,
MANICURE,
PEDICURE,
WAXING,
MEHNDI,
BRIDAL DRESSING,
HAIR CARE,
HAIR CUTS,
EXERCISE

2 MONTHS COMPLETE BEAUTICIAN COURSE FOR PROFESSIONALS

HAIR & BEAUTY CARE
GALVANIC,
THERMOLYSIS TREATMENT.
LATEST FACIALS,
LATEST TECHNIQUE IN BRIDAL DRESSING AND THERAPEUTIC TREATMENT FOR PIMPLES, SCARS DERMABRASION.

[YOGA & EXERCISE CLASSES CONDUCTED]

3, BALAJI AVENUE I STREET, T. NAGAR,
(OPP. VIDYODAYA SCHOOL, NEAR VALLUVAR KOTTAM),
MADRAS - 600 017. Ph : 8254079

துன்புறுவோர் மருத்துவ மறுவாழ்வு மையம்

(சித்த-ஆயுர் வேதிக் மருத்துவமனை)

திருமூர்த்தி மலை

உடுமலைப்பேட்டை தாலூக்கா - 642 112.

கோயமுத்தூர் மாவட்டம்.

தீர்க்க முடியாத புற்றுநோய்க்கு சித்தமருந்து

மனித உடலை அரித்து உடலின் பல பாகங்களை தாக்கி நோயாளியை அணு அணுவாக சித்ரவதை செய்து மரணத்திற்கு உள்ளாக்கிவிடும் கொடிய நோய் புற்று நோய். உடலின் எந்த இடத்திலாவது புதிதாக மரு, மச்சம், கட்டி தோன்றினால் அது புற்றுநோயின் அறிகுறிகளாகும்.

கரையான் புற்று பல ஆண்டுகளாக பூமியில் நிதானமாக வளரும். கடும் புயல், கடும் மழை இவைகளுக்கெல்லாம் இவை கரைவதில்லை. அதை அகற்ற எண்ணி நாம் வெட்டினால் முன்பு இருந்ததை விட வேகமாக பல்வேறு இடங்களில் பரவி விடுகிறது. இதே போன்று தான் மனிதனுக்கு வரும் புற்றுநோயும். ஓர் இடத்தில் தோன்றிய புற்றை அகற்றினால் மற்ற இடங்களில் மிக வேகமாக பரவி விடுகிறது. அவை பல்வேறு வகைப்படுகிறது.

1. தலைப்புற்று
2. மூளைப்புற்று
3. கண்டப்புற்று
4. அண்டப்புற்று
5. கன்னப்புற்று
6. நாக்குப்புற்று
7. மூக்குப்புற்று
8. ஈரல்ப்புற்று
9. குடல்ப்புற்று
10. கருப்பைபுற்று
11. மார்புப்புற்று
12. லிங்கப்புற்று
13. யோனிப்புற்று
14. ஆணிப்புற்று
15. சருமப்புற்று
16. இரத்தப்புற்று
17. எலும்புப்புற்று
18. அபான வாயில் புற்று
19. சிறுநீரகப் புற்று
20. விதைப்பை புற்று
21. கண் புற்று

தீர்க்க முடியாத நோய் என்று தீர்மானிக்கப்பட்டுள்ள இப்புற்று நோய்க்கு நிரந்தர தீர்வுகாண மேற்கண்ட விலாசத்தில் அறுவை சிகிச்சை இல்லாமல் அனுபவ சித்த வைத்திய ஆயுர்வேத முறைப்படி சிகிச்சை அளிக்கப்படும்.

அனைத்து தீராத வியாதிகளுக்கும் சிகிச்சை அளிக்கப்படும்

டாக்டர். V.J. பாக்கியநாதன், M.D. (T.M.)
புற்றுநோய் மருத்துவ ஆலோசகர்.

Advt

public sector undertaking aged 55 earning Rs. 12,000/- per month. Apply with bio-data to Box No. 12712

- வயது 31, 5¾", சிவப்பு நிறம், எம்.எஸ்.எம்.பி. படித்து தனியார் கம்பெனியில் ரூ. 3200/- சம்பளம் பெறும் பலிஜா நாயுடு வகுப்பைச் சேர்ந்த மணமகனுக்கு அதே இனத்தில் பெண் தேவை. பெட்டி எண் : 12713
- Looking for suitable match for employed U.S.A. 35 B.E.M.S., MBA, C.P.A. Arcot Mudaliar Doctors prefered below 28 years. Please reply with date time, please of birth and family, particulars of the bride. Contact : Rajagopalan, C3 Happy Home, 63, T.M. Maistry St, Madras - 600 041.
- துளுவ வேளாளர், 35 வயதான, எம்.ஏ. படித்து, உத்தியோகத்தில் உள்ள வரனுக்கு, ஏற்ற மணமகள் தேவை. பிறந்த தேதி, நேரம், ஊர் மற்றும் முழு விவரங்களுடன் தொடர்பு கொள்ள வேண்டியது திரு. ராமசாமி, 277 அண்ணா சாலை, சென்னை – 18.
- வடமாள், பாரத்வாஜ கோத்திரம், பூரட்டாதி, 33 வயது, Namasthe Export Limited சென்னையில், மாத வருமானம் ரூ. 3000/- கூடிய ஜாதகருக்கு மணமகள் தேவை. முகவரி : ராஜலெஷ்மி, நெ. 1, முதல் தெரு, பாரதி நகர் மெயின் ரோடு, பல்லாவரம், சென்னை – 43. உட்பிரிவு சம்மதம்.
- Alliance invited for Iyer Boy, Bharadwaj, Utthram, 31/160/7500 employed Officer in Nationalised Bank from employed girls preferably from Bombay. Contact with details to S. Nagarajan, A/2 Anushya Co-op. Hsg. Soc., Devi Chowk, Shastri Nagar, Dombivli (W) - 421 202.
- ஸ்ரீவத்ஸ கோத்திரம், வடமாள், கேட்டை ஏழில் செவ்வாய், 29, 3500/- (லிமிடெட் ஹாஸ்பிட்டல்) பி.காம்., அரசுப் பணியில் இருக்கும் வரனுக்கு நற்பண்புகளுடன் குடும்பத்தை நேசிக்கும் அரசுப் பணி எல்.ஐ.சி. பி அன்ட் டி வேலையில் இருக்கும், இல்லாத மணமகள் தேவை. ஜாதகத்துடன் தொடர்பு கொள்க. முகவரி : S. Muthukrishnan, Tahsildar (Retd.), 94, A Bombay Castle, Ootacamund - 643 001. The Nilgiris.
- Gavara Balija Executive Private Sector, Delhi based 31/170/5000 B.Com., (M.Com.,) Dip. in Computer application NITIE/New Delhi Dip. in System Analysis & Data Processing, Annamalai University seeks graduate transferable employed girls. Central Govt., Banks, LIC, GIC, Public Sector or Affluent Delhi based girls. Horoscope to A. Sri Ramulu, 193, Satthara Veethi, Srirangam.
- Alliance invited for Vadagalai Iyengar Boy, 32 years, height 5.4 and fair Mouthgalya Gothram, Star Moolam, working in a Reputed Public Ltd Co., Rs. 4000 p.m. wanted Vadagalai fair, graduate girl age 24 to 30 working in a reputed firm or government organisation or good school teacher Contact to V. Lakshmi, No. 21 Brindavan Extension I St Cross Street, West Mambalam, Madras - 600 033.
- ஐயர், கௌசிக கோத்திரம், மக நட்சத்திரம், வயது 28, உயரம் 5'.8", +2 படிப்பு, மாத வருமானம் ரூ. 3000/- உள்ள சொந்த தொழில் செய்யும் மணமகனுக்கு நல்ல குடும்பத்தைச் சேர்ந்த வேலை பார்க்கும்/பார்க்காத மணமகள் தேவை. ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். முகவரி : திருமதி. வி. பர்வதம் அம்மாள், நெ. 25 மாணம்பார்த்த ஜமேதார் தெரு, கொசப்பேட்டை, வேலூர் – 632 001.
- தமிழ்நாடு மின்வாரியம் டெக்னிகல் அஸிஸ்டெண்ட், 28/165/3500/சிவப்பு சொந்த வீடு, தாய் ஆதிசைவ ஒரே மகன். பரம்பரை சைவம், நிரந்தரப் பணியாற்றும் சைவப் பெண் தேவை. முகவரி : த. இராஜேஸ்வரி, 28, திருமஞ்சன வீதி, திருவாரூர் – 610 002.
- Vadama Iyer Atreya Poosam, 29 years, 155 cm, MBA/ICWAI working in Financial Services Bombay from girls with CA/MBA/ICWAI employed. Contact Krishnan, 35/787 Adarsh Nagar, Worli, Bombay - 400 025.
- சோழியச் செட்டியார், ஆயில்யம், 28 வயது, பி.ஈ. (சிவில்), சொந்தத் தொழில் மற்றும் வேலை, வீடு, மனை உள்ள வரனுக்கு சுமாராக படித்த குணமுள்ள மணமகள் தேவை. ஜாதகத்துடன் எழுதவும். முகவரி : ஆ. பாலசுப்ரமணியன், 3, ரவுத்தெரு, முசிறி - 621 211.
- Vadamal, 35 years, under graduate, 5'.5", Bharadwajam, Poosam, Sudha Jatakam, employed Private firm at Cochin Rs. 3000. Bridegroom with clean habits seeks educated domestically trained Brahmin girl. Subsect no bar. Contact: V.N. Venkatesan, VI/1737, Thekkemadom, Palace Road, Cochin - 682 002. Kerala. (S.India).
- வடமாள், ஆத்ரேய கோத்திரம், மிருகசீரிஷம், பி.காம். படித்துள்ள, வயது 26, சென்னை கோத்தாரி சன்ஸ் வேலை பார்க்கும் வரனுக்கு படித்த குடும்பப்பாங்கான பெண் தேவை. முகவரி : வி. கிருஷ்ணமூர்த்தி, நெ. 27, புவனேஸ்வரி காம்பவுண்டு, கீழ ஏழாம் வீதி, புதுக்கோட்டை – 622 001.
- Kongu Vellala Gounder (Perungudi Kuttam) 29, 178, B.Sc., LLB, Rs. 7500/- Defence Officer, wanted fair, good-looking, graduate, employed/unemployed girl with good family background with horoscope to N.K. Swamy, Vahannagar Post, Ahmednagar - 414 006.
- தென்கலை, பாரத்வாஜ கோத்திரம், ஹஸ்தம், வயது 30, பி.ஏ. டிப்ளம்., கல்கத்தாவில் தனியார் நிறுவனத்தில் ரூபாய் 5000 சம்பளத்தில் பணிபுரியும், செவ்வாய் தோஷமுடைய, உயரமான, சிவந்த நிறமுடைய பையனுக்கு நல்ல நிறமுடன், ஒல்லியான, பட்டதாரி பெண் தேவை. முகவரி : Mr. Krishnaswamy, H-22, G.1 Thiruvalluvar Nagar, Thiruvanmiyur, T.N.H.B., Phone : 410745, Madras - 41.
- Vadamal, Garga, Revathi, 25, D.E.C.E., working girl, horoscope and family details. Contact : Harihara Subramaniam, No. 1, Rajagopal St, Ambattur. Phone : 681233
- பிரஹசரணம், கவுண்டின்யம், அஸ்வினி, 44 வயது, பி.எஸ்ஸி., 155 செ.மீ., 2500/- திருமணமாகாத வரனுக்கு நல்ல குடும்பப்பாங்கான படித்த அழகும் நற்குணங்களும் கொண்ட சற்றே வயது குறைவான ஒல்லியான பெண் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். முகவரி : கமலா ராமசாமி, 29, வட்டிக்குருக்கள் தெரு, கும்பகோணம் - 612 001.
- வடமாள், பாரத்வாஜம், புனர்பூசம், லக்னத்துக்கு எட்டில் செவ்வாய், 35, 5'.6", டி.எம்.ஈ., ஏபிபி லிமிடெட், சென்னை, 6500, வேலையில் உள்ள அல்லது இல்லாத பொருத்தமான மணமகள் தேவை. முகவரி : எல். சிவசங்கரன், நெ. 6, ராதாகிருஷ்ணன் தெரு, ஈரோடு – 638 001.
- வெள்ளாளப் பிள்ளை, அசைவம், கோவையில் GICல் பணிபுரியும் 33/171/6000/- உத்திரம், 7-ல் செவ்வாயோடு புதன், குரு உள்ள மணமகனுக்கு GIC/LIC/Bank/Central Govt பணிபுரியும் பெண் தேவை. சைவம், அசைவம், உட்பிரிவு சம்மதம். ஜாதகத்துடன் தொடர்பு கொள்க. முகவரி : கே. சிதம்பரம், 307, ஆறாவது தெரு, காந்திபுரம், கோவை – 641 012.
- வடகலை ஐயங்கார், கௌதம கோத்திரம், 30 வயது, B.Sc., B.Ed., & PGDCP கம்ப்யூட்டர் டைரக்டர், திருவோணம், 5.1 அடி, சிவந்த பையனுக்கு மணமகள் தேவை. முகவரி : கே. நாராயணன், 3-12-28 கணேஷ் நகர், ராமந்தபூர், ஹைதராபாத் – 13. போன் : 7037529
- பிரஹசரணம், ஐயர், ஸ்ரீவத்ஸ கோத்திரம், சதயம், 31, எம்.காம்., புரொபஷனல் குவாலிபிகேஷன், தமிழக அரசு உத்தியோகம், ரூ. 4500/- மாத வருமானம்,

சொந்த வீடும் உள்ள செவ்வாய் தோஷம் உள்ள வரனுக்கு மத்திய/மாநில, வங்கி, ரயில்வே, எல்.ஐ.சி.யில் உள்ள வரன் தேவை. முகவரி : S. Subramanya Iyer, No. 10, Jeth Nagar, Ist Main Road, R.A. Puram, (Opp. Narayani Ammal Kalyana Mandapam), Madras - 600 028. Ph no. 4950151

● Thanjavur, Kallar Boy, Handsome, Rs. 6000/- plus. 29/169. Govt. undertaking (EIL), Baroda. seeks fair, Pretty, unemployed (qualified)/employed. Apply with horoscope immediately. Contact : N. Venkatapathy, Engineers India Limited, LPG Recovery Plant, GIDC Ind Area, Waghodia - 391 760 (Baroda).

● Vadagalai, Sadamarshnam, Jeshta, Hastham, 36 years, 160 cms height, fair, graduate, Asst. Manager, (personnel), Rs. 8000/- p.m. working in one of the leading Software Organisations in India, seeks only good-looking bride below 28-30 years, graduate. Subsect no bar. Reply with horoscope and other details to N. Srinivasan, Plot No. 94, Balaji Nagar, Alwarthiru Nagar, Madras - 600 087. Phone: 4848805

● Iyer/Vadama/Srivatsam/Uttram Ist padam, 28, 5'.8", SSLC/Pvt. 1,500/- good family, subsect no bar, looking for employed/unemployed girls simple marriage. Contact : Mrs. K. Saroja, 7, New Boag Road, I Floor, Kannammapet, T. Nagar, Madras - 600 017.

● ஐயர், வடமாள், கௌசிக கோத்திரம், பரணி, Pre degree, பூனா டி.வி.எஸ்ஸில் சேல்ஸ் எக்ஸிகியூட்டிவ், 31/160/4500 அழகான பையனுக்கு நல்ல அழகான பெண் தேவை. முகவரி : டி. குமார், 15, நாகாத்தம்மன் காலனி, கபிலன் கார்டன் தெரு, மைலாப்பூர், சென்னை – 600 004.

● 33 வயதான ரெட்டியார் பி.ஏ. படித்து உத்தியோகத்தில் 10,000 உள்ள ஒரே மகனுக்கு படித்த நல்ல நிலையில் உள்ள ரெட்டியார் மணமகள் தேவை. பிறந்த தேதி, நேரம், ஊர் மற்றும் முழு விவரங்களுடன் தொடர்பு கொள்ள வேண்டிய முகவரி : ராமசாமி, 277, அவ்வை சாலை, சென்னை – 18.

● துளுவ வேளாளர், 36 வயதுள்ள, பி.எஸ்ஸி., படித்து சொந்தத் தொழில் செய்யும் மணமகனுக்கு படித்த உத்தியோகத்தில் உள்ள அல்லது உத்தியோகம் இல்லாத பெண் தேவை. பிறந்த தேதி, நேரம், ஊர் விவரங்களுடன் தொடர்பு கொள்ள வேண்டிய முகவரி: வி. எம். மோகன வேல், 277 அவ்வை சாலை, சென்னை – 18.

● 32 வயதுள்ள, ஆற்காடு முதலியார், பி.யு.சி. படித்த தனியார் கம்பெனியில் வேலை பார்க்கும் ரூபாய் 3500/- வரனுக்கு ஏற்ற பெண் தேவை. பிறந்த தேதி, நேரம், ஊர் மற்றும் முழு விவரங்களுடன் தொடர்பு கொள்ள வேண்டிய முகவரி : டி.ஆர். தியாகராஜன், 40, வி. வி. கோவில் தெரு, சென்னை – 86.

● Alliance invited for Vadamal, Kasiba, Iyer, Uthiradam, 35, 5'.8", B.Com., working Delhi in Reputed Company, 6000/- wanted employed/unemployed girl in same caste. Send horoscope to B. Parvathy, AIB/31C, DDA Flats, Paschim Vihar, New Delhi - 63.

● Tirunelveli Karkarthar, age 30, Moolam, Chemical Engineer, 5'.6", good-looking graduate same sect. horoscope & family details may be sent to Mr. Kumar, 310 34th St, 7th Sector, K.K.Nagar, Madras -78.

● Vadama, Kousika Gothram, Kettai Dip. Elec. & Electronics, employed in Dubai aged 29, height 5'.7", seeks educated girl decent family, fair, looking send horoscope to Smt. N. Janaki, Kumaran Illam, 29/C Swaranabigai Nagar, Madras - 600 092.

● வன்னியர் அரசு பள்ளி வயது 28, படிப்பு +2, தொழில் மளிகை உரம் விவசாயம், மாத வருமானம் 5000, உயரம் 5½ அடி, மாநிறம், ரேவதி நட்சத்திரம், வன்னியர் சமூகத்தில் +2 படிப்பு உள்ள மணமகள் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். முகவரி : என். சதாசிவம், S/o. நஞ்சன் கவுண்டர், நத்தமேடு, வெட்டாங்குறிச்சி போஸ்ட், பாப்பிரெட்டி பட்டி தாலுக்கா, தர்மபுரி மாவட்டம்.

● Iyer Boy, Brahacharanam, Moolam, 38/1500/175 Private Company, Madras. Own house, only son Contact : K. Jayaraman, Plot No. 4, Second Layout, Teachers Colony, Kolathur Post, Madras - 600 099.

● Alliance from employed/unemployed Iyer girl for Vadama Kousika, Visakam, Post-graduate fair, Boy 35, 166 cms, BHEL, Trichy 6000/- owns a house, Contact : Mr. M.R.S. Manian, 1/3, Subramanipuram, Srirangam, Trichy - 620 006.

● Alliance invited for Boy 36 years, Vadamal/Bharani/Kousigam working as a Branch incharge in Gold Star TVCo., Secunderabad (transferable) Rs. 4500 p.m. seeks suitable employed girl below 30. Subsect not acceptable. Write with details to Mr. K. Thiagarajan, 84, Appu Street, Mylapore, Madras - 600 004. Ph : 4954870

● Alliance invited for Thengalai or Vadagalai/Koundinyam/Madras, aged 32, 5'.3", +2 working as Wireless Operator in Defence. (Technical) Now at Bihar Salary Rs. 4000/- and other facilities. Retirement '97 March. Require employed girl at Madras with good appearance. Apply with horoscope to T. E. Rangaswamy, 2/632 Nakurar Street, Dr. P.T.J. Nagar East, Madras - 600 050.

● சேலத்தில் தனியார் நிறுவனத்தில் பணியாற்றும் 33 வயது பட்டதாரிக்கு (ரூ. 3500/- வருமானம்) வேலையில் உள்ள குடும்பப்பாங்கான பெண் தேவை. நசிந்த கோத்திரம், பிரஹசரணம், ஐயர், சேலத்தில் அல்லது சேலத்திற்கு மாற்றுதல் பெறக்கூடியவர்கள் தொடர்பு கொள்ளவும். முகவரி : கே.பி. மீனலோசினி, 7, புதூர் எக்ஸ்டென்ஷன், 4 பங்களா, சேலம் – 636 007.

மணமகன் தேவை

● Sozhia Vellala, alliance invited for good-looking girl 21½ years, 155 cm, Poorattadhi, B.Sc., Bio-chemistry, PGDMLT Ist year from Central/State/Private sector employed Doctors/Engineers/Professors/CA/Bank Officers/Railway/LIC employees. Subsect no bar. Reply with horoscope with family details to Box No. 22513

● ஐயர், அஷ்டசகஸ்ரம் ஸ்ரீவத்ஸ கோத்திரம், 26 வயதுள்ள, அவிட்டம், 5' உயரம், சிவந்த நிறம், M.D. General Meidicine final year படிக்கும் பெண்ணுக்கு மருத்துவத் துறையில் எம்.டி., எம்.எஸ். 32 வயதுக்குள் உள்ள மணமகன் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். பெட்டி எண் : 22514

● தெலுங்கு பிராமின், பூசம் நட்சத்திரம், முலகநாடு, வயது 25, உயரம் 5.'2", கௌண்டின்ய கோத்திரம், நல்ல நிறம், சங்கீதத்தில் பட்டதாரி, குடும்பப்பாங்கான பெண்ணிற்கு படித்த அரசாங்க அல்லது நிரந்தர வேலையிலுள்ள மணமகன் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். சிறப்பான முறையில் திருமணம். ஜாதகம் விவரங்களுடன் அணுகவும். பெட்டி எண் : 22515

● மதுரை, பாரத்வாஜம், மூலம் 3-ம் பாதம், 40 வயது, 5'.2", ரூ. 3000/- வேலை அரசு நிறுவனத்தில், ஆனால் மாற்றல் கொடுக்காத வேலையிலுள்ள, பட்டதாரி பெண்ணுக்கு நல்ல நிலையான வேலை/தொழிலுள்ள பட்டதாரி தென்னிந்திய பிராமின் வரன் தேவை. பெட்டி எண் : 22516

● தேவர், 34/165/3500 கோயம்புத்தூரில் வேலை பார்க்கும் பெண்ணிற்கு (வேலை மாற்ற இயலாது) வரன் தேவை. சாதிமத பேதமில்லை. பெட்டி எண் : 22517

● Doctor doing M.D. (Paediatrics), II year, Tamil Yadhava, fair, slim, good-looking girl, 27/5'.7" horoscopes with details invited from Doctors/Engineers/MBA/CA aged below 35 years. With decent income to Box No. 22523

● Tamil Yadhava, medium build, very fair, good-looking, B.Sc., (nursing), unemployed girl 28/5'.5" horoscopes with details invited from decently employed grooms Doctors/ Engineers/MBA/CA aged below 35 years. Box No. 22524

● Alliance invited from professionally qualified, grooms for Vadakalai (kalai no bar) Iyengar girl, fair, 25/5'.2", B.Com., ICWA Inter PGDSM of NIIT Madras employed 4000 p.m. Vadoolam/Moolam 3 padam. Contact to Box No. 22518

● Invited from BE, ICWA/MCA/MBA Boys alliance for Tamil Iyer girl, Koushika, Brahacharanam, Punarpoosam (3rd padam), 24, 158, B.Com., MBA working with AF Fergussons, Delhi. Send horoscope and family details to Box No. 22519

● Alliance invited for Vadamal, Bharadwajam Kettai 25 years 5'.2", M.A. (Litt) girl with fair complexion employed in LIC from well qualified Central Government/LIC/Bank employed boys from decent family. Box No. 22520

● ஐயர் பெண்கள் சோழ தேசத்து வடமாள் ஆத்ரேயம் மூலம் 34/149 செ.மீ., எல்.எல்.எம்.பி., தாரமிழந்த வர்களையும் ஏற்றுக் கொள்ளப்படும். அனுஷம் 38/155 செ.மீ., பி.யு.சி., அரசாங்க ஸ்டெனோ தாரமிழந்தவர் களை ஏற்க மாட்டாது. பெட்டி எண் : 22521

● Alliance invited for 27/157/M.A., M.Phil., Ph.D., Gajulu Balija girl from well qualified and decently employed groom. Subsect no bar. Send horoscope with details to Box No. 22522

● Athreya, Brahacharanam, Poorattathi, 25/165/H.S.C. Typing, Hindi passed good-looking girl seeks well settled Boy. Subsects no bar. Apply to Box No. 22525

● Wanted groom for Tamil Vadama girl, graduate, 37 years fair complexion, Sathayam, Delhi Bank employed, widowed 7 years ago, no issues(.) Issueless widowers/ divorcees no bar within 42 years of age. Reply with horoscope to Box No. 22526

● Alliance invited from decently employed for Iyer graduate girl 31/Vadamal/Thiruvonam/Kowsikam working in Leading Computer firm. Reply with horoscope to Box No. 22527

● இல்லத்துப் பிள்ளைமார் (ஈழவர்) வயது 25, உயரம் 5'.1", பி.காம்., P.G.D.C.A. படித்த வெள்ளை நிற குடும் பப்பாங்கான பெண்ணுக்கு அதே இனத்தில் அரசு/கம் பெனியில் பணிபுரியும் தகுந்த படிப்பு மற்றும் நல்ல வேலை யிலுள்ள மணமகன் தேவை. பெட்டி எண் : 22528

● Alliance invited for Arcot Mudaliar, Agamudiyar, fair slim girl, M.Com., LIC, 25 years, 160 cms, Box No. 22529

● இந்து. இசை வேளாளர், வயது 28, பி.ஏ., அரசில் நல்ல வேலை, ரூ. 3000/- வருமானமுள்ள பெண்ணுக்கு, நன்கு படித்த, நிரந்தரமான நல்ல உத்தியோகத்தில் உள்ள மணமகன் தேவை. ஜாதகம், வேலை, குடும்ப விவரங்களுடன் உடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண் : 22530

● வடமாள், கௌசிக கோத்திரம், விசாக நட்சத்திரம், வயது 34, உயரம் 5", படிப்பு +2, வருமானம் 1000, employed in a private firm, Ambattur சிவந்த ஒல்லியான பெண்ணிற்கு நல்ல வேலையில் உள்ள வரன் தேவை. பெட்டி எண் : 22531

● ஐயர், வடமாள், அனுஷ நட்சத்திரம், கௌசிகம் பி.ஏ. (இண்டர்), வயது 30, பிரைவேட் கம்பெனியில் பணிபுரியும் பெண்ணிற்கு (உயரம் 174 செ.மீ.,) அதே சமூகத்தைச் சேர்ந்த நல்ல குடும்பத்திலிருந்து, தகுந்த படிப்பு மற்றும் நல்ல வேலையிலுள்ள மணமகன் தேவை. பெட்டி எண் : 22532

● செங்குந்த முதலியார், பூரட்டாதி, இரண்டில் செவ் வாய், M.Com., Dip. B.Adm., (GNIIT) 34, 5ft, சிவப்பு நிறம், தனியார் துறையில் சென்னையில் வேலை செய்யும் பெண்ணுக்கு இஞ்சினியர், பேங்க் ஆபீஸர், ஆடிட்டர் போன்ற வரன் தேவை. ஜாதகம், குடும்ப விவரங்களுடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண் : 22533

● ஐயர், வாத்திமாள், ஸ்ரீவத்ஸம், விசாகம் 1-ம் பாதம், 21 வயது, 5'4", பி.எஸ்ஸி., போஸ்டலில் வேலை பார்க்கும் சிவந்த நல்ல தோற்றமுடைய பெண்ணிற்கு, மத்திய, மாநில அரசு, வங்கி, பெரிய கம்பெனிகளில் வேலை பார்க்கும் பட்டதாரி மணமகன் தேவை. உட்பிரிவு கள் சம்மதம். குடும்ப விவரங்கள், ஜாதகத்துடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண் : 22534

● இந்து, முதலியார், வயது 32, நல்ல சிவப்பு நிறம், நற்பண்பும், அழகான தோற்றமும் கொண்ட, கணவனை இழந்த பெண்ணிற்கு, பரந்த உள்ளம் கொண்ட, வேலை யிலுள்ள (அ) சொந்தமாக தொழில் செய்கிற வரன் தேவை. மனைவியை இழந்தவர்களும், சட்டப்படி விவா கரத்து பெற்றவர்களும் விண்ணப்பிக்கலாம். முதலியார் உட்பிரிவுகள், பிள்ளை, செட்டியார் சம்மதம். பெட்டி எண் : 22535

● Beautiful Vadama, Iyer girl, age 24, 63", post-graduate decently employed (Bombay) Innocent divorcee, Marriage Short Lived seeks Broadminded well educated boys upto 31 years. Box No. 22536

● U.S. settled brothers seek alliance for their sister tamil, Vadamal, Naithrubakasyaba, Uthirattadhi, slim, fair, B.Sc., PGDCA/25/155 domestically well trained, early decent marriage. Reply with horoscope to Box No. 22537

● Suitable alliance from Smartha Kannada Brahmins for a fair girl, Bharadhwaja Hastham 24/155/employed B.Com., Dip. in Computer. Reply with horoscope and family particulars decent marriage to Box No. 22539

● ஐயர், பிரஹசரணம், பாரத்வாஜம், பூரம், வயது 25, 5'.6", செகண்டரி கிரேட் டிப்ளமோவில், பி.ஏ., பி.எட்., ஹிந்தி பிரவீண், பெண்ணுக்கு அரசு/பொது நிறுவனத்தில் நிரந்தரப் பணிபுரியும் 32 வயதுக்குட்பட்ட மணமகன் தேவை. வடமாள் சம்மதம். பெட்டி எண் : 22540

● மாத்வா, தேசிஸ்தா, கௌண்டின்ய கோத்திரம், வயது 25, பூரம் நட்சத்திரம், எம்.ஏ., பிஜிடிசிஏ, தற் போது ஒரு லிமிடெட் கம்பெனியில் வேலை பார்க்கும் பெண்ணிற்கு நல்ல வேலையிலுள்ள வரன் தேவை. கன்னடமும் சம்மதம். ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண் : 22541

● ஐயர், வடமாள், சாண்டில்ய கோத்திரம், மிருகசீரிஷம், பிறந்த தேதி 25.1.64 B.Com., PGDCA, உயரம் 163 செ.மீ., உள்ள பெண்ணிற்கு நல்ல வேலையில்/தொழிலில் உள்ள மணமகன் தேவை. செவ்வாய் 7-ல் உள்ளது. பெட்டி எண் : 22542

● வடமாள், பாரத்வாஜ கோத்திரம், உத்திரம் 21, 5'.4", பி.ஏ. கம்ப்யூட்டரில் தேர்ச்சி பெற்ற சிவந்த நிறமுள்ள அழகிய பெண்ணிற்கு 25-28 வயதில் அரசாங்க அல்லது நிலையான நல்ல உத்தியோகத்தில் உள்ள ஐயர் மணமகன் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். பெட்டி எண் : 22543

● வடகலை, நைத்ருப காஸ்யபம், கார்த்திகை 41 வயது மற்றும் திருவாதிரை 39 வயது பெண்களுக்கு வரன் தேவை. விவரங்களுக்கு எழுதவும். பெட்டி எண் : 22544

● மாத்வ, ஹரிதஸகோத்திரம், 40, 5', மீனம், உள்ள தனியார் கம்பெனியில் பணிபுரியும் பெண்ணுக்கு, பிரைவேட் கம்பெனியில் (அ) அரசு பணியிலுள்ள பிராம்மண மணப்பையன் விண்ணப்பிக்கலாம். பெட்டி எண் : 22545

● மாத்வ தேசிஸ்த (மராத்தி), கௌண்டின்ய, திருவோணம், வயது 23, நல்ல நிறம், பி.எஸ்ஸி., டைப் ரைட்டிங், ஷார்ட்ஹாண்ட், (ஆங்கிலம்/தமிழ்/ஹிந்தி), பிஜிடிபிஏ, ஹிந்தி பிரவீண் படித்து வேலையிலிருக்கும் பெண்ணுக்கு, நல்ல வேலையில் இருக்கும் பட்டதாரி வரன் தேவை. ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண் : 22546

● ஐயர், வடமாள், ஸ்ரீவத்ஸ கோத்திரம், ஆயில்யம், 25, 165, doing Ph.D., (Micro Biology) in Bombay பெண்ணுக்கு professionally qualified கௌரவமான வேலையிலுள்ள அதே பிரிவைச் சார்ந்த 30 வயதுக்குட்பட்ட நல்ல குணம், பழக்கவழக்கமுள்ள வரன் தேவை. பெட்டி எண் : 22547

● Iyer, Brahacharanam, Agasthiya, Chitthirai, 25, 156, B.Sc., Dip. in Comp., employed, seeks educated, decently employed, below 29. Horoscope not required. Decent, simple marriage contact to Box No. 22548

● Alliance invited for 30/160/M.A., Mudaliar/Brahmin intercaste, Vegetarian girl from well placed bachelor grooms. Vegetarian preferred. Early and decent marriage. Reply to Box No. 22549

● Kannada Madhva Non-Kasyapa Groom employed in LIC/Bank/Railways/Govt. or reputed company for 25/150/3200/M.A. B.Ed., Poosam, girl employed in Central School. Reply to Box No. 22550

● Wanted Bombay based groom for Koundinya Thiruvadrai Iyer girl aged 36. ht. 160 cm, employed Pvt. Co., Bombay. Salary approx. Rs. 2000/- p.m. no horoscope matching. Box No. 22551

● Wanted tamil Brahmin grooms well qualified, not more than forty-eight years for Thengalai, Haritham, Magam, forty-two years, 165 cms, Spinster, fair, MBBS. Reply to Box No. 22552

● கார்காத்தார், வயது 27, பரணி, எம்.எஸ்ஸி., 5'.4", ரூ. 4500/- தமிழக அரசில் பள்ளியில் ஆசிரியராக நிரந்தரப் பணியிலுள்ள அழகான பெண்ணிற்கு டாக்டர்/என்ஜினியர்/ஆசிரியராக அரசு–பொதுத் துறையில் பணிபுரியும் மணமகன் தேவை. இதே இனத்திலோ அல்லது தேசிகர்/சைவப் பிள்ளை ஜாதகமும் வரவேற்கப்படும். பெட்டி எண் : 22563

● பிரஹசரணம், பாரத்வாஜம், தமிழ் ஐயர் பூரட்டாதி, 24, 5'.3", பி.எஸ்ஸி., படித்து எல்.ஐ.சி.யில் வேலை பார்க்கும் பெண்ணிற்கு வங்கி/எல்.ஐ.சி./அரசு வேலை பார்க்கும் வரன் தேவை. பெட்டி எண் : 22564

● Non-Naithrabakashyab alliance invited for good-looking, graduate, Thengalai Iyengar girl Sadayam, 24/170/5000 employed in Nabard Bank Bombay with Sevai in the 7th house (preferable Bombay Boy) subsect acceptable. Box No. 22565

● Brahmin Iyer, Vathima, Kettai, homely girl, aged 35, 153 cm, fair, visually impaired after VIIIth standard, Interested in house-hold works having knowledge of horoscope analysis and a regular critic of Radio programmes wants a broad-minded boy. Box No. 22566

● For Vadoola Vadama Iyer, Spinster 45, 152 cms, Swathi, B.Sc., (Hons) PGDIPED, very fair, good-looking, employed, Musically talented, well employed bridegroom required. Respond with horoscope to Box No. 22567

● Alliance invited for Vadamal, Bargava Gothram, Anusham, 24 years, 162 cm, slim, very beautiful, MCA qualified, faculty in college, Mars in Magaram, 8th house, from decently employed, suitably qualified boys. Box No. 22568

● Tirunelveli Saiva Vellala Pillai, 25 years, 163 cm, slim, good-looking, cultured M.A. M.Phil., seeks tall handsome, well settled grooms. Reply to Box No. 22569

● Madhwa, Kannada, 23/162/M.Com., Harithsa, Chithirai III Pada, Employed seeks alliance from decently employee grooms. Apply to Box No. 22570

● Iyer, Brahacharnam Auditya Gautama Gothram, 26/162, graduate, Steno employed in Central Government with Accommodation at Delhi. fair girl, well trained in domestic work, slight limping right leg. Box No. 22571

● வடமாள், நைத்ருவ காசியப கோத்திரம், திருவாதிரை(2) 30 வயது, 5'.2", மாநிறம், சென்னையில் தனியார் நிறுவனத்தில் மாதம் ரூ. 1500/- சம்பளம் பெறும் சாதாரண குடும்பத்தைச் சேர்ந்த பெண்ணிற்கு, நிரந்தர வேலையில் இருக்கும் வரன் தேவை. பெட்டி எண் : 22572

● வயது 26, பிரஹசரணம், ஆத்ரேய கோத்திரம், உத்தர நட்சத்திரம், எம்.எஸ்ஸி., (அக்ரிகல்சர்), படிப்பும், 154 செ.மீ. உயரம், ரூ. 3000/- சம்பளம் பெறும் அழகான பெண்ணிற்கு அதே வகுப்பைச் சேர்ந்த நல்ல கல்வித் தகுதி, வேலை பார்க்கும் நற்பழக்க வழக்கங்கள் உள்ள 28 முதல் 31 வயதுள்ள வரன் தேவை. பெட்டி எண் : 22573

● திருச்சியில் தனியார் கம்பெனியில் ரூ. 1000/- மாத ஊதியம் (மாறுதல் கிடைக்காது) பெறும் உத்திர நட்சத்திரம்/காஸ்யப கோத்திரம்/ மாத்வ தேசிஸ்த 29 வயது பெண்ணிற்கு வேலையிலுள்ள கன்னடம்/மராத்தி மணமகன் தேவை. பெட்டி எண் : 22574

● வன்னியகுல க்ஷத்திரியர், நாயக்கர், சொந்த வீடு, வயது 25, பி.ஏ. பி.எட்., அரசு மேல்நிலைப் பள்ளி, 3750/- பணியில் உள்ள மணமகளுக்கு அதே இனத்தில் அரசு/சார்ந்த துறையில் உள்ள மணமகன் தேவை. குடும்ப விவரம் ஜாதகத்துடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண் : 22575

● துளுவ வேளாளர், 33, ரேவதி, பி.ஏ., தட்டச்சு தமிழ், ஆங்கிலம், ஹிந்தி முதுநிலை (செகண்டரி கிரேட் டீச்சர்), 3000 மாத வருமானம் அரசுப் பள்ளியில் பணிபுரியும் பெண்ணுக்கு முதலியாரில் பட்டதாரி அரசு/வங்கி/தனியாரில் பணிபுரியும் மணமகன் தேவை. பெட்டி எண் : 22576

● Alliance for Vadama, Anusham, Haritha 29/165 cms, Senior Software Engineer, Parents of professionally qualified boys upto 35 years, Bombay, Pune, Bangalore abroad. Contact with horoscope to Box No. 22577

● Alliance invited from Non-Srivatsa Vadama employed grooms under 28 years, preferably in Bank, LIC, Reputed Public Company with salary over Rs. 5000/- for only girl (B.A. final) 23 years, 162 cm, Sathayam, very fair, apply to Box No. 22578

● சௌராஷ்டிரா, வயது 25, பரணி, பி.எஸ்ஸி., இன்டர் நேஷனல் டிப்ளோமா இன் கம்ப்யூட்டர் சயின்ஸ், டில்லியில் எக்ஸ்போர்ட் துறையில் வேலை செய்யும் பெண்ணிற்கு அதே ஜாதியில் 30 வயதுக்குள் டில்லி, பம்பாய், பெங்களூர், சென்னையில் குறைந்தது மாதம் ரூபாய் ஏழாயிரம் சம்பாதிக்கும் மணமகன் தேவை. முழு விவரங்களுடன் அணுகவும். பெட்டி எண் : 22579

● வடமாள், ஐயர், நைத்ருவ காஸ்யப, திருவோணம், வயது 29, உயரம் 5'.3", பி.காம்., வேலைக்குச் செல்லாத பெண்ணிற்கு (8-ல் செவ்வாய்), தகுந்த படிப்பு மற்றும் நல்ல வேலையிலுள்ள, 34 வயதுக்கு உட்பட்ட, வரன் தேவை. ஜாதகம், விவரங்களுடன் எழுதவும். பெட்டி எண் : 22580

● இசை வேளாளர்/செங்குந்தர் எம்.ஏ. படித்து வேலை பார்க்கும் பெண் வயது 26, உயரம் 5'.4", கேட்டை நட்சத்திரம், நல்ல உத்தியோகம் அல்லது தொழில் செய்யும் மணமகன் தேவை. ஜாதகம் விவரம் தொடர்பு

கொள்ளவும். பெட்டி எண் : 22585

- Vadamal, Bharathwaja, 34 years, 5'.1", Ayilyam, fair, slim, S.S.C., unemployed, homely cultured girl's parents settled in Pune seeks alliance from decently employed grooms. Send horoscope details to Box No. 22586
- Alliance invited for slim, good looking Brahmin Engineer, 34/165/9000 working at ISRO from healthy educated Vegetarian man upto 40 years, from respectable family. Box No. 22587
- Alliance invited for Telugu Brahmin/Kowsikasa Swathi, fair girl, B.Sc., B.Ed., 38/155 from well settled Boy around 42 employed or Business man to Box No. 22588
- Vanniya Kula Kshatriya 28/155/B.Sc.,/PGDMLT/very fair, decent well settled family seeks alliance from employees of Government/Public/Private sectors Bank/ Insurance Reply with horoscope to Box No. 22589
- Well qualified & settled boys below 30 years for Vadama/ Kousika/Purattathi I year, post-graduate (M.Com.,) girl 23/153. Subsect no bar. Box No. 22590
- ஐயர், வாத்திமார், ஹரித கோத்திரம், கிருத்திகை நட்சத்திரம், ரிஷப ராசி, 21/160 செ.மீ., சிவந்த நிறம், passed Diploma in Civil Engineering, Autocad Level-II, Type English Lower, 7-ல் செவ்வாய் உள்ள குடும்பப்பாங்கான பெண்ணிற்கு, 28 வயதிற்குள் professionally well settled, மணமகன் தேவை. விவரங்களுக்கு பெட்டி எண் : 22591
- Suitable groom for Saiva Pillai, Swathy, 150 cms, 33, M.A., working as JAO, Madras Telephones presently at Delhi. Send horoscope and details to Box No. 22592
- Alliance invited for Vathima Iyer, Bharatwaja, Swathi, Oct. 68, very fair, M.Com., CAIIB, Officer State Bank of India from suitable Iyer grooms preferably unencumbered. Reply with horoscope and family details to Box No. 22593
- தஞ்சாவூர் சைவ வெள்ளாளர், 27, பட்டப் படிப்பு, அனுஷம், குடும்பப்பாங்கான பெண்ணுக்கு அதே இனத்தில் அரசு அல்லது தனியார் துறையில் சென்னையில் வேலை பார்க்கும் மணமகன் தேவை. குடும்ப விவரம், ஜாதகத்துடன் எழுதவும். பெட்டி எண் : 22594
- குலாலர், அனுஷம், மாநிறம், வயது 32, எம்.ஏ. (வரலாறு), செவ்வாய் தோஷ பரிகாரத்தினை ஜாதகம் பெற்ற நற்பண்பும், நல்ல லட்சணமும் உடைய பெண்ணுக்கு, அதே வகுப்பில் நல்ல குடும்பத்தைச் சேர்ந்த மணமகன் வீட்டார் ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண் : 22595
- இந்து நாடார், 26/5', பி.ஏ. (கம்ப்யூட்டர் சயின்ஸ்), தனியார் நிறுவனத்தில் பணிபுரியும் (ரூ. 6000 மாத வருமானம்), நல்ல தோற்றம் கொண்ட பெண்ணுக்குத் தகுந்த, அதே இனத்தைச் சேர்ந்த, படித்த, நல்ல குடும்பத்தைச் சேர்ந்த, வேலையிலுள்ள மணமகன் தேவை. ஜாதகம், மற்றும் விவரங்களுடன் தொடர்பு கொள்ளவும். முகவரி : P. Vanaja, C/o. M. Swaruppanathan, 36, Koilmanya Street, Kumarasamy Petty, Dharmapuri - 636 703. Tamil Nadu.
- நத்தமன் உடையார், வயது 25, பி.எஸ்ஸி., பி.எட்., ஆசிரியைக்கு நன்கு படித்த அரசு வேலை/சொந்தத் தொழில் செய்யும் மணமகன் தேவை. முகவரி : எஸ். இராகோத்தமன், 9, தங்கராஜ் லே அவுட், சண்முகாபுரம் கிழக்கு, விழுப்புரம்.
- இந்து, முதலியார், வயது 28, 160 செ.மீ., நடுத்தர வகுப்பைச் சேர்ந்த பி.காம்., படித்து கொண்டிருக்கும் உடலில் வெள்ளை தழும்புகள் (white patches - Leucoderma) உடைய குடும்பப்பாங்கான பெண்ணிற்கு பரந்த மனப்பான்மையுடைய மணமகன் தேவை. ஜாதிபேத மில்லை. ஜாதகம் இல்லை, முகவரி : டி. ஜெ. சத்தியபாமா, 29, இராஜு நாயுடு தெரு, பெரம்பூர், சென்னை - 11.
- இந்து, விஸ்வகர்மா, வயது 25, நல்ல அழகு, சிவந்த நிறம், குடும்பப்பாங்கான பெண்ணிற்கு அதே இனத்தைச் சேர்ந்த 35 வயதிற்குக் குறைவானவர்கள் விண்ணப்பிக்கவும். தாய்மையாகும் சாத்தியம் இல்லை. மனைவியை இழந்து குழந்தையுடன் இருப்பவர்கள் விண்ணப்பிக்கவும். முகவரி : எம். குமரேசன், 236/3D, Type II குவார்ட்டர்ஸ், வட்டம் 6, நெய்வேலி - 607 803.
- கொங்கு பறையர், வயது 26, 150 செ.மீ., S.G. Asst. 3500/- நல்ல குணமுள்ள பெண்ணிற்கு, இதே இனத்தைச் சேர்ந்த வங்கி, எல்.ஐ.சி., மற்றும் பி.ஏ., முடித்து நல்ல வேலையில் உள்ள, எந்தவிதமான கெட்ட பழக்கமும் இல்லாத சேலம், திருச்சி மாவட்டத்தைச் சேர்ந்தவர்கள், இந்துக்கள் மட்டும் தொடர்பு கொள்ளவும். வயது 33க்குள் இருக்க வேண்டும். வரதட்சணை கிடையாது. முகவரி : Muthuswam,y Manathi (P.O.), Velagoundam Patti, (Via), Tiruchengodu (T.K.), Salem District.
- Suitable boy from Iyer family for a girl aged 26 years, fair, looking and qualified B.Com., & B.Ed., Haritha Gothram. Contact : K. Venkatasubramanian, K 16 Old Quarters, Avvai Nagar, Dharmapuri - 636 705.
- திருநெல்வேலி சைவப் பிள்ளை, 27/170/(பி.எஸ்ஸி.,)/ திருவோணம் குடும்பப்பாங்கான பெண்ணிற்கு அதே இனத்தில் அரசு/தனியார் துறையில் பணிபுரியும் மணமகன் தேவை. முகவரி : எஸ். முருகன், 84, ஸ்ரீ ராஜேஸ்வரி நகர், சேலையூர், சென்னை - 600 073.
- வடமாள், ஐயர், பாரத்வாஜம் கோத்திரம், பூராடம் 3-ம் பாதம், 33/150/1700. பெங்களூரில் தனியார் நிறுவனத்தில் வேலை உடலில் வெண் புள்ளிகள் உண்டு. வெளியே தெரியாது. (ஒரு வருடத்தில் முழுவதும் குணமாகும்) தகுதியுள்ளவர்கள் ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். முகவரி : ஸ்ரீநிவாசன், நெ. 7, 5வது கோவில் தெரு, (கப்பம்மா கல்யாண மண்டபம் எதிரில்), மல்லேஸ்வரம், பெங்களூர் - 560 003.
- வடமாள், பாதராயண கோத்திரம், 29, உத்திராடம் 5 அடி, பி.ஏ., ஹிந்தியில் பிரவீண் பிரசாரக் குடும்பப்பாங்கான பெண்ணிற்கு நல்ல வேலையில் உள்ள வரன் தேவை. நன்கு சீர் செய்யப்படும். செவ்வாய் 7-ம் இடத்தில் பெண் வேலை பார்க்கவில்லை. முகவரி : Shri. M.R. Venkataraman, Al Bharat Avenue, Patel Road, Near EB, Srirangam Post - 620 006.
- Alliance invited from decent employed boy for a fair Bharadwaja, Vadama girl 22 years, 5'.3", Punarpusam Dip. in Architect employed in Private firm 1500/- Contact : R. S. Sankaran, 341/15 HIG Flats, II Avenue, Anna Nagar, Madras -40. Ph : 6260769
- Alliance invited from decent employed boy for a fair, Kousikam, Vadama girl 22 years, Visagam, B.Com., employed in Private firm Rs. 1000/- 5'.2" Contact : K. Venkatakrishnan, 16, Balu Avenue, Valmiki Street, Thiruvanmiyur, Madras - 41.
- தமிழ் யாதவர், 28/162 செ.மீ.,/B.Com., P.G.B.M./ Complexion Moderate ஒரே பெண்ணுக்கு அதே இனத்தைச் சார்ந்த நல்ல வேலையில் உள்ள மணமகன் தேவை. நடுத்தர குடும்பத்தினருக்கு முன்னுரிமை வழங்கப்படும். முகவரி : K. Srinivasan, 36/18, Welcome Colony, Annanagar West, Madras - 101.
- Alliance for Iyer, Vadamal, Bharadhwajam, Mooam 4th padham, 24/5'.5"/B.Tech., fair, employed as Project Associate in I.I.T. Ms, from well settled, professionally qualified Boys below 31 years. Reply with horoscope to : A. Chandrasekaran, Plot. No. 80, Krishna Nagar, Ullagaram, Madras - 91.
- Wanted any higher caste boys from India/Abroad first preference below 33 for beautiful & smart Solliya Vellalar

girls of 20 years, +2, 5'.5", 19, B.Com-I, 5'.3". Contact with biodata to K. Vishwanath, Qu. No. 5/65/4 Ordnance Factory Ambhazari, Defence Nagpur - 440 021.

- சேனைத் தலைவர், கலப்பு மணம், 26, 160 செ.மீ., பி.ஏ. படித்து வரும், பரணி, மேஷம் (அரிய முடியாத அளவிற்கு இடதுகை ஊனமுடைய) அழகிய குடும்பப் பாங்கான, பாரம்பரியம்மிக்க படித்த குடும்பத்தைச் சார்ந்த பெண்ணுக்கு, அரசு, தனியார், கைதொழில் மண மகன் தேவை. ஆசிரியர்களுக்கு முன்னுரிமை. ஜாதிமத பேதமில்லை. முகவரி : S.K. Rajamani, Serukadambur, Loweranicut - 612 502. Thanjavour District.

- Professionally qualified well settled Boy for 30/162, Doctorate working Lecturer Delhi, Uthiradam, Brahacharanam, Gauthama Gothram, Subsect no bar. Contact to horoscope full particulars to Balasubramanian, C-1/200 Janakpuri, New Delhi - 58. Phone : 5557301.

- Vadamal, Vathula, Ayilyam, Graduate and D.T.E., Praveen, 22 years, Sec. Gr. Asst in P.U. Middle School, Salary Rs. 3200/- seeks Central/State/Nationalised Banks employed boys below 30 years. Send horoscope with family details to K. R. Viswanathan, 1/144, Nochipalayam, L.Pudur Post, Erode - 638 002.

- Wanted Non-Kousika, Vadagalai Iyengar, well qualified boys, above 35 years, for slim, fair, star Pooram, girl of 32/155. Contact : Vasudevan, 21, Rangaiah Garden Street, Mylapore, Madras - 4. Ph : 4995913

- ஆற்காடு முதலியார், பி.ஏ. படித்த 27 வயதான, அழகான மாநிறம் உள்ள பெண்ணிற்கு உத்தியோகத்தி லுள்ள மணமகன் தேவை. பிறந்த தேதி, நேரம், ஜாதக மற்றும் முழு விவரங்களுடன் தொடர்பு கொள்ள வேண்டிய முகவரி : Rajagopal, C-3 Happy Homes, 53 T.M. Maistry Street, Madras - 41.

- Well qualified/Placed alliance for Tamil, Iyer, Ashtashastram, Harita, Revathi, B.A., 24, 5'.3", Rs. 65,000/- P.A. reply horoscope post only M. S. Narayanan, 45, Munuswamy Street, Sriveekatesh Nagar, Virugambakkam, Madras - 600 092.

- Wanted Degree/Diploma holder, job well settled bridegroom for Iyer, Ashtasakasthiram, Kasipa, employed girl, 154 cm, Dip. in Computer Science & Engg. faculty member at Aptech, Anna Nagar, salary Rs. 3000/- same sect. only. to Contact : V. Ramachandran, 370 'D' Block, TNHB Colony, Tambaram Sanitorium, Madras - 600 047.

- Iyer groom decent and well settled required for bride

- Alliance invited for Vadamal fair girl, N. Kashyapa Gothram, Revathi 26/158 cms, B.Com., PG Dip employed 7000 pm from well qualified and settled bride groom, horoscope and family details to Mrs. Kanthimathi Sadasivam, Royal Enfield Motors Ltd., Post Box No. 5284, Thiruvottiyur, Madras - 600 019.

- துளுவ வேளாளர், 26 வயதான, எம்.காம்., பி.எட். படித்த அழகான பெண்ணிற்கு நல்ல உத்தியோகத்தில் உள்ள வரன் தேவை. பிறந்த தேதி, நேரம், ஜாதக மற்றும் குடும்பம் உத்தியோக விவரங்களுடன் தொடர்பு கொள்ள வேண்டியது வி.எம். லோகன் லேன், 277, அவ்வை சாலை, சென்னை – 18.

- ஆற்காடு முதலியார் 25 வயதான எம்.ஏ. (எம்.பில்), படித்த அழகான பெண்ணிற்கு உத்தியோகத்தில் உள்ள வரன் தேவை. பிறந்த தேதி, நேரம், ஜாதக முதலியவற்றுடன் மற்றும் முழு விவரங்களுடன் தொடர்பு கொள்க. முகவரி : டி.ஆர். திவாகரன், 40, வி.வி. கோவில் தெரு, சென்னை – 86.

- துளுவ வேளாளர், எம்.ஏ. படித்த உத்தியோகத்தில் உள்ள அழகான பெண்ணிற்கு மணமகன் தேவை. பிறந்த தேதி, நேரம், ஜாதக மற்றும் குடும்ப விவரங்களுடன் தொடர்பு கொள்ள வேண்டியது ராமசாமி, 277 அவ்வை சாலை, சென்னை – 18.

மணமகன் மணமகள் தேவை

- Sowrashtra parents invite Mutual/Separate correspondence with horoscope details for good looking children (Koundalya Maharishi Gothram). Son 28/169/8000/IETE Engineer, D.C.Elect., Defence Apprenticeship, B.A., (P.G.D.M.M.)/Motorola (multinational)/Singapore or USA training/Bangalore from working or non-working girl preferably Electronics/Software educated. Daughter 22/161/B.Sc., (B.Ed.,) from well settled employed boy in Govt/Private. Box No. 30272

- Balija Naidu 31/165/5000, Rich, beautiful, fair girl, brother 34/175/6500, fair, handsome Nationalised Bank seeks suitable match, Caste no bar. Send details to Box No. 30273

- நாடார் கத்தோலிக்கப் பிள்ளை, வயது 25, எம்.ஏ. இறுதி, சிவந்த நிறமுடைய, அழகான பெண்ணிற்கு

ஊர்ந்து செல்லும் எல்லாவற்றிற்கும் உங்கள் பூச்சிக்கொல்லி கேடு விளைவிக்கிறதா ?



சில பூச்சிக்கொல்லிகள் மிகவும் பயங்கரமானவை. பூச்சிகளுக்கு மட்டுமல்ல, உங்களுக்கும் கூட. குறிப்பாக பூச்சிகள் மேல் நேரடியாக பயன்படுத்தப்படும் ஸ்பாட் ஸ்ப்ரேக்கள். அவைகள் மிகவும் அதிக நச்சுத்தன்மை கொண்டவை. பயன்படுத்திய பின்னர் கூட உபயோகப்படுத்திய இடம் நஞ்சு கொண்டுள்ளன.

இதில்தான் ஃபினிட் ஸ்பேஸ் ஸ்ப்ரேயின் தனித்தன்மையே உள்ளது. உங்களது வீடு முழுவதும் நீங்கள் இதை அடிக்கலாம். ஏனெனில் இதில் நஞ்சின் அளவு கட்டுப்படுத்தப்பட்டுள்ளது. ஆம் இதை பூச்சிகளின் மேல் நேரடியாக அடிக்கலாம். உங்கள் குடும்பத்திற்கு அபாயம் விளைவிக்காதவகையில் ஃபினிட் ஸ்பேஸ் ஸ்ப்ரே அவைகளை விலக்கி வைக்கிறது.

நினைவிருக்கட்டும் ஃபினிட் மட்டுமே பெருமைமிகு ISI முத்திரை பெற்றது.



ஃபினிட் ஸ்பேஸ் ஸ்ப்ரே

துரத்தி அழிக்கும் வேலையை இதுவே செய்யும்.

HTA.2904.95 B

மங்கை

உடை



2 X 2 பாலியஸ்டர் ஷிப்பான் கேம்பிரிக்

வீணா

ப்ளவுஸ் துணிகள்

Veena Textiles Limited


காண்போர் வியக்கும் பேரழகு
டெண்டர் டச் - மிகச் சிறந்த தேங்காய் எண்ணெய். சருமத்தை ஈரப்பதத்துடன் வைத்திருக்கக் கூடிய குணமுடையது. இந்தியாவிலேயே முதன் முறையாக தேங்காய் பாலிலிருந்து "வெட் ப்ராசஸ்" எனும் தொழில் நுட்பத்தின் மூலம் பிரித்தெடுக்கப்படுகிறது. பசுமையான தேங்காயின் மணமும் மற்ற அனைத்து நற்குணங்களும் உடையது.
டெண்டர் டச் - இயற்கையாகவே வைட்டமின் E அடங்கிய, பிசுபிசுப்பற்ற தெள்ளத் தெளிவான தேங்காய் எண்ணெய். இது உங்கள் வாழ்க்கையை குதூகலத்துடனும் புதுப்பொலிவுடனும் திகழச் செய்கிறது.
RAP
டெண்டர் டச்
தூய தேங்காய் எண்ணெய்
அழகும் பொலிவும் என் சொந்தம்
அந்த அழகின் இரகசியம் - டெண்டர் டச்
Tender Touch
E
RAP
ரீஜண்ட் அக்ரோ ப்ராடக்ட்ஸ் லிமிடெட்
NN ஹவுஸ், சிராக் அலி லேன், ஹைதராபாத் - 500 001. போன் :040-203269 பேக்ஸ் :040-201159
everest/rn/067/96/T

இப்போது ரசமுள்ள மாம்பழத்தின் சுவை
எப்போதும் உங்கள் கைக்கெட்டும் தூரத்திலே.



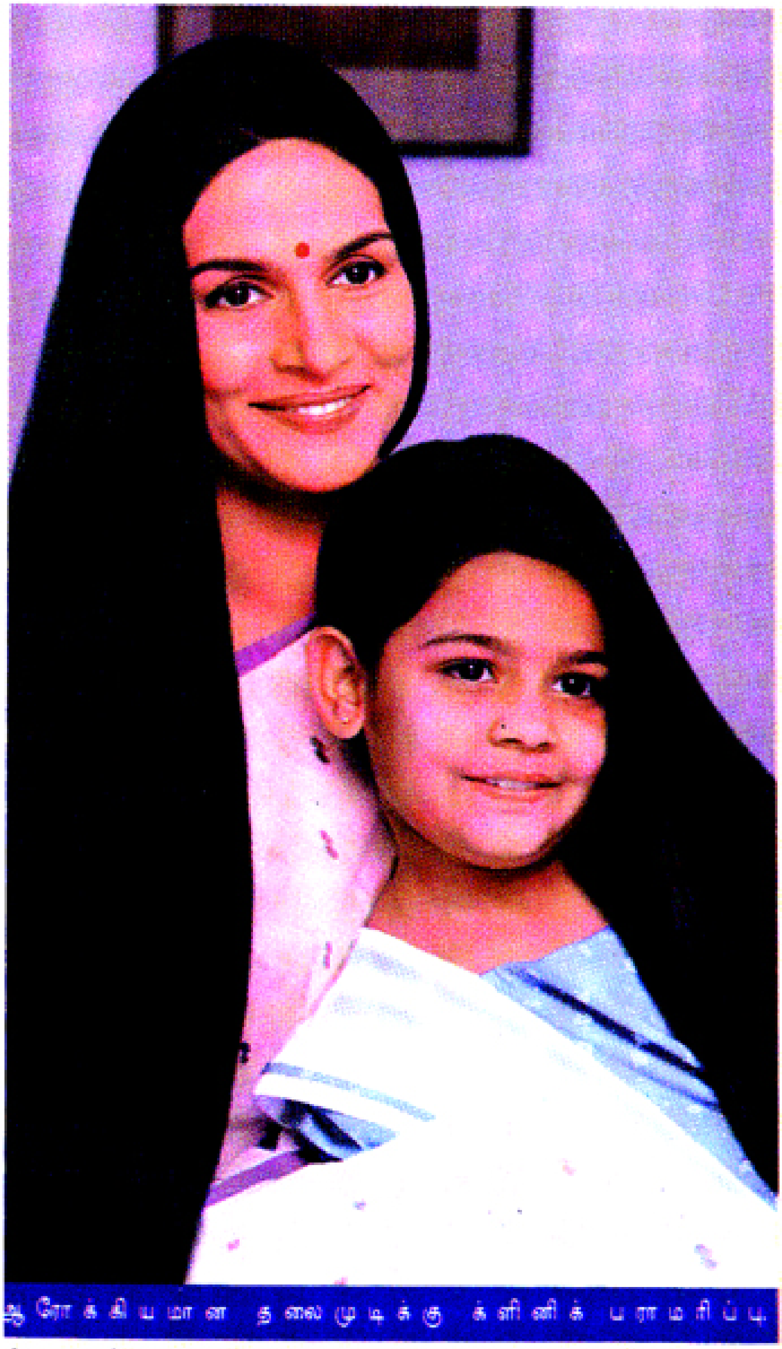
ரஸ்னா மேங்கோ ட்ரீ இதோ
உள்ளது. நாக்கை சப்புக் கொட்ட
வைக்கும் இதன் சுவையின்
ஆனந்தத்தை நீங்கள்
எச்சமயத்திலும் பெறலாம்.



Mudra:EAMR:9264 Tam.

“எங்க தலைமுடி அழகா இருக்குதுன்னுதானே நீங்க நினைக்கறீங்க. அந்த அழகுக்குக் காரணம் ஆரோக்கியம்னு எங்களுக்குத் தெரியும்.”

திருமதி. கீதா கோக்கா



‘எங்க தலைமுடி ஆரோக்கியமா இருக்கக் காரணம், நாங்க புதிய க்ளினிக் ப்ளஸ் புரோட்டீன் ஷாம்பூவைத் தொடர்ந்து பயன்படுத்தறதுதான். ஏன்னா இதுல லிக்விட் புரோட்டீன் இருக்கு.

க்ளினிக் ப்ளஸ், எங்க தலைமுடியை உண்மையாவே சுத்தமாக்குது. அதன் லிக்விட் புரோட்டீனோ, ஒவ்வொரு தலைமுடியின் அடிவரை பலப் படுத்துகின்றது. எனவே, தலைமுடி எப்போதும் சுத்தமாக, ஆரோக்கியமாக விளங்குகிறது. எத்தனை ஆரோக்கிய மெனில், தலைமுடி ஆரோக்கியத்துடனே மெருகிடும்.’

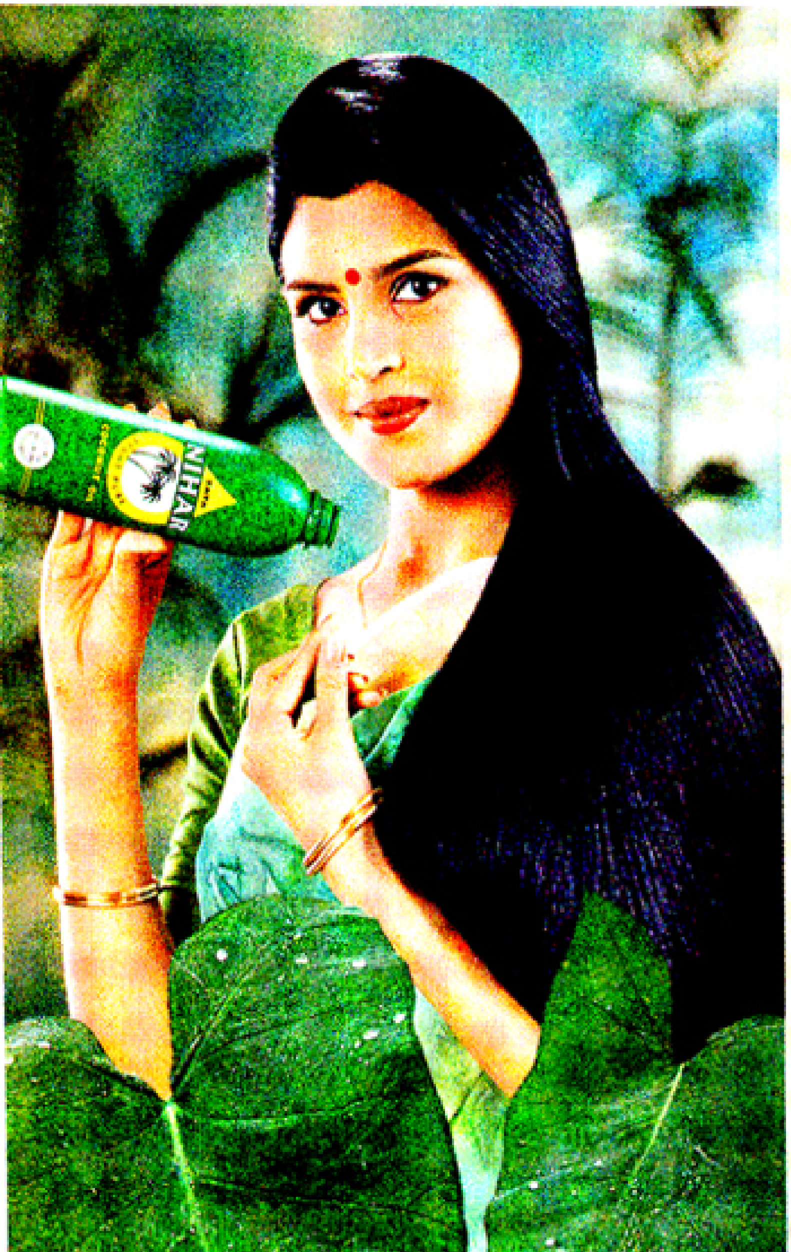


ஆரோக்கியத்தில் மெருகிடும் சுத்தமான தலைமுடிக்கு.

இந்துஸ்தான் லீவரின் தரமான தயாரிப்பு.

LINTAS CI PI Prs 8 2416 Tm

புதிய டாடா நிஹார் தேங்காயெண்ணெய்.
இலேசானது, பரிசுத்தமானது...
காலைப் பனித் துளி போல.



மிகச் சிறந்த தேங்காயெண்ணெ
யிலிருந்து தயாரானது புதி
டாடா நிஹார். இலேசான
பரிசுத்தமானது... காலைப் பனி
துளி போல. காரணம், இது டபு
ஃபில்டர்டு செய்யப்பட்ட
எனவே, இதிலிருப்பது தேங்கா
யின் இயற்கையான நற்
குணங்க
மட்டுமே
சிறிதள
விரலில் எடுங்கள். இப்போ
உணருங்கள். நீங்களே சொல்
வீர்கள். ஆகா! எவ்வளவு இலே
மற்றும் பரிசுத்தம்... காலைப் பனி
துளி போல!

டபுள் ஃபில்டர்



இந்துஸ்தான் லீவரின் தரமான தயாரிப்பு.

இலேசானது, பரிசுத்தமானது... காலைப் பனித் துளி போல